182. Kc. 900. 3.
BL 649
23 9/1903
Edi 1st
85/1 2.

আমিষ ও নিরামিষ আহার।

দ্বিতীয় খণ্ড।

শ্রীপ্রজ্ঞাসুন্দরী দেবী প্রণীত।

কলিকাতা ঃ
৩৭৪ নং অপারচিৎপুর রোড, জোড়াসাঁকো,
"পুণ্য যন্ত্রে"
শ্রীএবাদতখাঁ কর্ত্তৃক মুদ্রিত।

চৈত্র সন ১৩০৯ সাল।

সকল সত্ত্বরক্ষিত।]

[মূল্য ১৷৷০ টাকা।

সূচীপত্র ।

---

182. Kc. 900. 3. 7 9
BL 649
23 Jul 1903
Edi 1St
85/1 2.

আমিষ ও নিরামিষ আহার।

দ্বিতীয় খণ্ড।

শ্রীপ্রজ্ঞাসুন্দরী দেবী প্রণীত।

কলিকাতা ঃ
৩৭৪ নং অপারচিৎপুর রোড, জোড়াসাঁকো,
"পুণ্য যন্ত্রে"
শ্রীএবাদতখাঁ কর্ত্তৃক মুদ্রিত।

চৈত্র সন ১৩০৯ সাল।

সকল সত্ত্বরক্ষিত।]

[মূল্য ১।৷০ টাকা।

182 Ke 900. 3

মুখবন্ধ।

প্রজ্ঞাসুন্দরী দেবী প্রণীত আমিষ ও নিরামিষ আহারের দ্বিতীয় খণ্ড প্রকাশিত হইল। দুই খণ্ডে নিরামিষ আহার শেষ হইল। আর দুই খণ্ডে আমিষ আহার সম্পূর্ণ হইবে।

নিরামিষ আহার দুই খণ্ডে ৬৫৮ প্রকার নিরামিষ ব্যঞ্জন রন্ধনের প্রক্রিয়া বিবৃত হইয়াছে। শাকসুক্ত হইতে আরম্ভ করিয়া পায়স পর্য্যন্ত নিরামিষ চর্ব্ব্যচোষ্য লেহ্য পেয়ের ব্যবস্থা করা হইয়াছে। শুনিয়া বা পড়িয়া প্রক্রিয়াগুলি গ্রন্থকর্ত্রী লিপিবদ্ধ করেন নাই। প্রত্যেক প্রক্রিয়াটী স্বহস্তে পরীক্ষা করিয়াছেন, আত্মীয়স্বজন দ্বারা ফলাফল পরীক্ষা করাইয়াছেন, যেখানে ফলান্তর ঘটিয়াছে সংশোধন করিয়া আবার পরীক্ষা করিয়াছেন। বিজ্ঞানমন্দিরে রসায়নবিদ্ যে যত্ন, ধীরতা, অধ্যবসায় ও অনুসন্ধিৎসায় রাসায়নিক আবিষ্কার করেন, এই মহিয়সী রমণী মহিলার প্রধান ও প্রথম শিক্ষিতব্য বিদ্যায় সেই প্রকার যত্ন ধীরতা অধ্যবসায় ও অনুসন্ধিৎসা প্রয়োগ করিয়াছেন। এই ৬৫৮ প্রকার রন্ধনের প্রক্রিয়ার মধ্যে অর্দ্ধেকের অধিক তাঁহার নিজের আবিষ্কৃত। নূতন নূতন প্রক্রিয়ার নূতন নামকরণ করিয়াছেন। একটী প্রক্রিয়া কুসুমকোমলা স্বর্গগতা কন্যার নামে অভিহিত হইয়াছে। সেই দেবদুর্ল্লভা পঞ্চমবর্ষীয়া বালিকা সেই প্রক্রিয়াটী পরীক্ষা করিতে অনুরোধ করিয়াছিলেন।

বিজ্ঞানের পথ মধ্যাহ্ন সূর্য্যকিরণে আলোকিত। সেখানে

অন্ধকার বা ছায়া, অস্পষ্ট বা অধর্ত্তব্যের স্থান নাই। কিন্তু এই পথের আদি ও অন্ত উভয় ভাগ কুহেলিকায় আচ্ছাদিত। বিজ্ঞানের আরম্ভ কবিকল্পনায়, বিজ্ঞানের অন্ত কবিকল্পনায়। কবি গেটে বিবর্ত্তবাদ কল্পনায় আবিষ্কার করিয়াছিলেন। স্রোতস্বিনী কল্পনা যাহাকে পরিচালিত না করে তাঁহার আবিষ্কার করিবার অধিকার নাই। যিনি কল্পনায় ভাসিয়া যান তিনি কবি। যিনি কল্পনাকে কাচের শিশিতে ধরিয়া বিদ্যুতের আলোকে পরীক্ষা করিয়া সুর-প্রেরণা বা অসুরচালনা নির্ণয় করেন তিনিই বিজ্ঞানবিৎ। কল্পনার ছায়ায় প্রেরণা দেখা দিয়া চলিয়া যায়। মাঝে মাঝে তাহার দেখা পাই, চিরদিন পাই না।

দেবী প্রজ্ঞাসুন্দরী বিজ্ঞানবিতের ন্যায় কল্পনার সাহায্যে রন্ধন-প্রক্রিয়া আবিষ্কার করিয়াছেন। কবিসুলভ কল্পনা ও বৈজ্ঞানিক ধীশক্তি উভয়ই তাঁহার অসাধারণ। পিতার নিকট ধীশক্তি ও মাতার নিকট কল্পনা শক্তি তিনি উত্তরাধিকার করিয়াছেন। কল্পনাজনিত সুকুমার বিদ্যায় তাঁহার জ্যেষ্ঠ ভ্রাতা ও ধীশক্তিজনিত প্রাকৃতিক ও সামাজিক বিজ্ঞানে তাঁহার মধ্যম ভ্রাতা এবং উভয় শক্তির সুন্দর সম্মিলনে তৃতীয় ভ্রাতা অসামান্য কৃতিত্ব লাভ করিয়াছেন। তিনি দার্শনিক দ্বিজেন্দ্র ও সত্যেন্দ্রের এবং কবি জ্যোতিরিন্দ্র ও রবীন্দ্র নাথের ভ্রাতুষ্পুত্রী, হেমেন্দ্রনাথের কন্যা, মহর্ষি দেবেন্দ্রনাথ ঠাকুরের পৌত্রী, দ্বারকানাথ ঠাকুরের প্রপৌত্রী।

এখনকার রুচি আমিষ ভক্ষণে। আমিষ না হইলে ভোজন পূর্ণ হয় না। শুধু অনুকরণে ইহা শিখি নাই। এখন জীবনসংগ্রাম পার্ব্বত্যক্ষেত্রে আরম্ভ হইয়াছে, সেজন্য হয়ত নূতনবিধ অস্ত্রের প্রয়োজন পড়িয়াছে। যে কারণেই হউক আমিষ আহারের

প্রক্রিয়া প্রথমে প্রকাশিত হইলে অনেকে সন্তুষ্ট হইতেন এবং এক দিনে গ্রন্থকর্ত্রীর নামে ধন্য ধন্য পড়িয়া যাইত। কিন্তু প্রজ্ঞা ব্রাহ্মণের দুহিতা। ব্রহ্মচারীর আহারে তাঁহার স্বাভাবিক প্রকৃতি। যে আহার লইয়া আর্য্যজাতি আর্য্যত্ব লাভ করিয়াছে, দৃষদ্বতী ও স্বরস্বতী অধিকার করিয়াছিল, আজিও যাহার বলে শিখ ও রাজপুত সমরে সর্ব্বত্র দুর্দ্ধর্ষ, অনুকরণের হটকারিতায় তাহাকে উপেক্ষা করিলেও চলিবে না এবং ভোজনে যাহা দিয়া আরম্ভ ও যাহা দিয়া শেষ গ্রন্থরচনায় তাহা দিয়া আরম্ভ করাই যুক্তিসঙ্গত। যেকালে বলিয়াছেন যাহা কেহ করিতে পারে না তাহা করিতে পারিলে তত কৃতিত্ব প্রকাশ পায় না, যাহা সকলে চেষ্টা করে তাহাতে অসাধারণ কৃতিত্ব লাভ করিতে পারিলে যেমন গুণপণা প্রকাশ পায়।

"আরে শাকসুক্ত রাঁধিতে আবার কেতাব পড়িতে হইবে কেন?" এরূপ কথা প্রায় শুনা যায়। সব কাজেই আমাদের মহাজন যেন গতঃ স পন্থা। সেই ঠাকুমার সময় হইতে যে তরকারীর সহিত যে তরকারী মিশাইতে হয় ও যে যে মশলা দিতে হয় আজি পর্য্যন্ত তাহার ব্যতিক্রম হয় নাই। শাকসুক্ত কত রকম হইতে পারে এবং নূতন পদ্ধতিতে কত উৎকৃষ্টতর হইতে পারে এই গ্রন্থ হইতে নবগৃহিণীরা অনায়াসে শিখিতে পারিবেন। মধ্য বাঙ্গলা নিরামিষে এবং পূর্ব্ব বাঙ্গালা মৎস্য রন্ধনে বিখ্যাত, মধ্য বাঙ্গালার যে প্রদেশে যে নূতন রন্ধনের প্রক্রিয়া আছে এবং যাহা কোথায়ও নাই তাহা এই গ্রন্থে লিপিবদ্ধ হইয়াছে। কৃষ্ণনগরে প্রথমে রসগোল্লার অম্বলের, বহরমপুরে কাঁচা আমের পায়সের, কেন্দ্রাপাড়ায় অমৃত রসাবলীর ও পুরীতে বালভোগের পরিচয় পাই। এই সকল ভিন্ন প্রদেশীয় উৎকৃষ্ট প্রক্রিয়া শিখিতে কাহার না বাসনা হয়?

বিনা মশলায় যে ভাল পান সাজিতে পারে, পক্বান্ন ফেলিয়া যাহার শাকসুক্ত চাহিয়া লইতে হয় সেই সুপাচিকা। দ্রব্যের মূল্য, পরিমাণ ও প্রক্রিয়া নির্দ্দেশ করিয়া দিয়া গ্রন্থখানি সর্ব্বাঙ্গসুন্দর করা হইয়াছে।

সুগৃহিণীর গৃহিণীপণায় মুগ্ধ হইতে হয়। একদিন অতর্কিত-রূপে আমরা কয়েকজনে প্রজ্ঞার গৃহে অতিথি হই—গূঢ় উদ্দেশ্য প্রজ্ঞার গৃহিণীপণা পরীক্ষা করিব। স্বামী গৃহে ছিলেন না, দুধ ভিন্ন ঘরে কিছু ছিল না। আধ ঘণ্টার মধ্যে চারি পাঁচ প্রকার চর্ব্ব্যচোষ্য প্রস্তুত করিয়া প্রজ্ঞা আমাদের অভ্যর্থনা করিলেন। এত অল্প সময়ে দুধে দই কি করিয়া জন্মিল বুঝিতে পারিলাম না। প্রজ্ঞা বলিলেন চীনে ঘাসে এইরূপ হয়। তিনি বড় রহস্যপ্রিয়, অনেক বার ঠকাইয়াছেন। সে জন্য আমাদের জন্য ঘাসের ব্যবস্থা প্রকৃত হইয়াছিল কিনা বলিতে পারি না। বস্তুতঃ যত বার প্রজ্ঞার গৃহে নিমন্ত্রণ খাইয়াছি এবং সে অনেক বার, এক প্রকারের ব্যঞ্জন দুইবার খাইতে হয় নাই। নূতন নূতন সুস্বাদু রন্ধনে পরিবার ও আত্মীয় বর্গকে পরিতৃপ্ত করা সুগৃহিণীর সৌভাগ্য।

রন্ধনের বিচিত্রতা ও রন্ধন প্রক্রিয়ার সহস্রতা সমাজের ব্যাবৃতির পরিচায়ক। যখন আম মাংস ও অপক্ব ফল মূল ভোজন করিয়া মনুষ্য পশুর ন্যায় বাস করিত তখন ও এখন কত প্রভেদ। নিরামিষ আহার আর্য্যজাতি য়ুরাল পর্ব্বতের পশ্চিম পার্শ্বে য়ুরোপীয় রসার ঈশাণকোণে বাস করিবার সময় প্রথম আবিষ্কার করিয়াছিল। তথা হইতে যাহারা পশ্চিমমুখে জার্ম্মানি ও সুইদনে যাইয়া বাস করে তাহারা শীতাধিক্যহেতু নিরামিষ আহারের পবিত্রতা বিস্মৃত হয়। আজ পর্য্যন্ত য়ুরোপীয়েরা পঞ্চবিধ উদ্ভিজ্জ মিলাইয়া অপূর্ব্ব সংযোগ

সাধন করিতে শিক্ষা করে নাই। আমিষ সংগ্রহ অপেক্ষাকৃত কষ্ট-সাধ্য। উদারান্ন সংগ্রহে পাশ্চাত্য আর্য্যদিগকে অধিকতর সময় বিসর্জ্জন করিতে হইত। অবসরের অভাব ঘটিত। অবসর উন্নতির জনয়িতা। সুতরাং প্রাচ্য আর্য্যেরা যে সময়ে সভ্যতার শিখরে আরোহণ করিয়াছিল পাশ্চাত্যেরা তখন তাহার পাদদেশে দণ্ডায়মান ছিল। গ্রন্থকর্ত্রী নিরামিষ আহারের যে সপ্তশতী ব্যবস্থা করিয়াছেন, গৃহিণী তাহা লইয়া প্রতিদিন দুইটী নূতন ব্যঞ্জন এ ভোজনলোলুপ বৃদ্ধ রসনায় উপহার দিতে পারেন। নিরামিষের এ বিচিত্রতা শিক্ষা করিতে পাশ্চাত্যজাতিকে এখন শত শত বর্ষ অতিবাহিত করিতে হইবে।

যাহারা প্রচার করেন শিক্ষিত মহিলা রন্ধনাদি গৃহকার্য্য উপেক্ষা করেন "আমিষ ও নিরামিষ আহার" তাঁহাদের জীবন্ত প্রতিবাদ। পুণ্যের সম্পাদিকা অসামান্য বিদুষী, বিজ্ঞান ও সাহিত্য তাঁহার নিত্য সহচর, শিল্পকলা তাঁহার সহচরী। চিত্রবিদ্যায় যে অসাধারণনৈপুণ্য তিনি লাভ করিয়াছেন উপবেশনগৃহে প্রবেশ করিলেই তাহার পরিচয় পাওয়া যায়। ঐশ্বর্য্য বিভবে তাঁহার কোন অভাব নাই—দুর্ভাগ্যক্রমে তাঁহার স্বাস্থ্য পরিপুষ্ট নহে। বিলাসের বাসনা থাকিলে প্রসাধনের অভাব নাই, কারণও যথেষ্ট আছে। অথচ তাঁহার সংসার দেখিলেই বুঝা যাইবে যিনি রাণীর ন্যায় অভ্যাগতকে শ্রদ্ধা সম্মানে সম্মানিত করিতে পারেন, তিনি সখীর ন্যায় বিনোদনে পরাঙ্মুখ নহেন, দাসীর ন্যায় সেবা, মায়ের ন্যায় স্নেহ, ভগিনীর ন্যায় প্রীতি করিতে সুসমর্থা। তাঁহার গৃহস্থালীর পারিপাট্য ও রন্ধনের নিপুণতা অতিথিকে মুগ্ধ করে।

শিক্ষিত মহিলাগণের মধ্যে প্রজ্ঞাসুন্দরী ব্যতিরেকবিধির অন্ত-

র্গত নহেন। শিক্ষা সর্ব্বাঙ্গ সুন্দর হইলে সর্ব্ববিধ নিপুণতা, চরিত্রে গাম্ভীর্য্য ও বিলাসে উপেক্ষা অবশ্যম্ভাবী। অর্দ্ধশিক্ষিত স্বামীর আদর্শে অর্দ্ধশিক্ষিত, শিক্ষাভিমানিনী মহিলাগণ বিলাসে প্রবৃত্ত হন। "গৃহিণী গৃহমুচ্যতে"। গৃহিণী সুগৃহিণী না হইলে সংসার শ্মশানে পরিণত হয়। কুগৃহিণীর গৃহ অলক্ষ্মীর আলয়। অনাচার উচ্ছৃঙ্খলতা, ঋণ ও অসম্মান অশান্তি ও আত্মগ্লানি বিলাসিনীর নিত্য পরিচয়। গৃহস্থালী সুশৃঙ্খল, পুত্র কন্যা সুস্থ ও প্রফুল্ল, দাম্পত্যপ্রেম চিরভাসিত ইহা অর্থসাপেক্ষ নহে, গৃহিণীপণাসাপেক্ষ, ধনসঞ্চয় আয়ে নহে ব্যয়ে। অল্প আয়োজনে যিনি সুন্দর রন্ধন করিতে পারেন তিনিই পাচিকা, অল্প ব্যয়ে যিনি সুশৃঙ্খলায় সংসার চালাইতে পারেন তিনিই গৃহিণী। কার্পণ্য নহে, উচ্ছৃঙ্খলা নহে, বুদ্ধদেব বলিতেন মধ্যপন্থাই পন্থা। দশের মাঝে যিনি সুগৃহিণী বলিয়া গণ্য হন তিনিই ভাগ্যবতী। স্বামীর আশীর্ব্বাদ, সন্তানের ভক্তি ও আত্মপ্রসাদ তাঁহার পুরস্কার।

আমিষ আহার দুই খণ্ডে সম্পূর্ণ হইলে আমরা গ্রন্থকর্ত্রীকে গৃহস্থালী লিখিতে অনুরোধ করিব। সংসারের সহস্র কার্য্য করিয়া যিনি এ প্রকাণ্ড পুস্তক লিখিতে অবসর করিতে পারেন গৃহস্থালী রচনা তাঁহার অনায়াসসাধ্য হইবে। অথচ তাঁহার মত সর্ব্বাঙ্গসুন্দর গৃহস্থালী আর কেহ রচনা করিতে পারিবে বলিয়া বোধ হয় না।

প্রকাশক

শ্রীক্ষীরোদ চন্দ্র রায় চৌধুরী।

সূচীপত্র।

BENGAL LIBRARY
14 AUG 1903
B.L. 649
23 q 1903

আমিষ ও নিরামিষ আহার।

অষ্টম অধ্যায়।

শুক্তানি।

প্রয়োজনীয় কথা।

শুক্তানি।—সচরাচর আমাদের দেশে ভাতের সঙ্গে প্রথমেই তিক্ত তরকারী খাওয়া প্রচলিত আছে। বাস্তবিকও প্রথমেই তিক্ত জিনিশটা খাইলে উপকার আছে। প্রথমেই ইহা খাইলে অন্যান্য জিনিশ খাইবার জন্য রুচি হয়। আরো ইহাতে পটোল ও পলতার ন্যায় পিত্ত ও ত্রিদোষ নাশক, কাঁচকলার ন্যায় লঘুপাক এবং আদার ন্যায় অগ্ন্যুদ্দীপক উপকরণ থাকায় ইহা প্রথমেই খাইলে জঠরাগ্নিকে প্রজ্বলিত করিয়া তুলে। সেই জন্য আত্মীয়, কুটুম্ব কি বন্ধু বান্ধবকে খাওয়াইতে হইলে সর্ব্ব প্রথমে তিত শুক্তানি খাইবার ব্যবস্থা। প্রাচীনারা বলিয়া থাকেন যে ভাত খাইবার প্রথমেই আত্মীয় স্বজনকে তিক্ত শুক্তানি খাওয়াইলে সে সুখী হয়। আমাদের দেশে যেমন প্রথমেই তিক্ত শুক্তানি খায়, আসাম প্রদেশে সেইরূপ "খার" খাওয়া নিয়ম।

শুক্তানি জিনিশটা তিত। নিমপাতা, পলতা, নালতে, শিউলি-পাতা এবং হিঞ্চা আদি তিক্ত শাক দিয়া এবং উচ্ছা, করোলা দিয়া শুক্তানি রাঁধিতে হয়। ইহাতে বেগুণ, কাঁচকলা, আলু, টাট্‌কা মূলা, সজিনাডাঁটা (রাঙা আলুও দিতে পার তবে অল্প পরিমাণে), কচুমুখী প্রভৃতি পাঁচ মিশালী তরকারী দিয়া করিতে হয়। ছাঁচি কুমড়ার শুক্তানি নাল্‌তেপাতা দিয়া করিতে হয়। থোড় উচ্ছের শুক্তানি অপেক্ষা পলতার ডালনাতে বেশী ব্যবহৃত হয়। কুমড়া বড়ি বা মটরের বড়ি শুক্তানির আর একটি উপকরণ। পল্‌তার ডালনায় কখন পটোল দিবে না। পটোল ও পল্‌তা সম্বন্ধে প্রবাদ আছে—"মায়ে ছায়ে" খাইতে নাই। তাহার মানে হয় তো পল্‌তার সঙ্গে পটোল তেমন খাপ্ খায় না। সেই জন্য জননী পল্‌তা ও তৎপুত্র পটোল এক সঙ্গে খাওয়া নিষেধ।

সবজি বানান।—শুক্তানিতে সব তরকারীই প্রায় চার টুকরা বা ছয় টুকরা করিয়া বানাইতে হইবে।

থোড় চাকা চাকা বানাইয়া আবার চার টুকরা করিয়া কাটিবে। তাহাতেই দেখিবে এক এক টুকরা তিন কোণার মত হইয়া গিয়াছে, সেই জন্য এইরূপ বানানকে আমরা তিন-কোণা বানান বলি।

ছাঁচি কুমড়া ছোট ডুমা করিয়া বানাইবে। ডাঁটা এক আঙ্গুল সমান লম্বা কাটিয়া তার পরে তাহার আঁশ চাঁচিয়া ফেলিবে। নিম ও পলতা আদির কেবল কচি পাতাগুলি লইবে। উচ্ছে এবং করোলাও ডুমা ডুমা বানাইতে হইবে।

মশলা।—শুক্তানিতে অতি সামান্য হলুদ দিতে হয়। শুক্তা-নিতে সরিষার ভাগ বেশী দিতে হয়। আবার পলতার ডালনাতে যেমন একটু জীরামরিচ বাঁটা দেওয়া যায়, অন্যান্য শুক্তানিতে উহা আদৌ

ব্যবহৃত হয় না ; তবে বাঁটা রাঁধুনি দিই। শুক্তানির জন্য ময়দা, দুধ ও চিনি রাখিতে হইবে। আদা শুক্তানির একটি প্রধান উপকরণ। আদা কুচি, আদা বাঁটা, আদার রস সব রকমই দেওয়া যায়। শুক্তানি তেল ঘি দুয়েতেই রাঁধা হয়। প্রায় সকলে তেলে সাঁতলাইয়া ঘিয়ে সম্বরায়। সুস্থ ব্যক্তির জন্য এ প্রণালীতে করিলে কিছু হানি নাই। বরং ঘিয়ের খরচ কম লাগে। কিন্তু এ প্রকার করা যুক্তিযুক্ত নয়। বিশেষতঃ রোগীর জন্য যখন রাঁধিবে, তখন সে যদি তৈলপক্ক জিনিষ খায় তো তাহার জন্য সমুদয়ই তেলে করিবে, আর ঘৃতপক্ক জিনিষ খাইলে ঘিয়ে রাঁধিতে হইবে।

ফোড়ন।—রাঁধুনি, সরিষা, পাঁচ ফোড়ন, তেজপাতা এইগুলি সব শুক্তানির ফোড়নরূপে ব্যবহৃত হয়। আদাকুচিও ফোড়ন দেওয়া যায়।

রাঁধিবার প্রণালী।—শুক্তানির তরকারী আগে সাঁতলাইয়া লইতে হইবে। তারপরে মশলা গুলিয়া ছাঁচনা দিবে। নুন দিবে। তারপরে তেলে বা ঘিয়ে ফোড়ন দিয়া সম্বরা দিবে। শেষে দুধ, চিনি, ময়দা গুলিয়া দিবে। রাঁধুনিবাঁটা বা জীরামরিচবাঁটা দিতে হইলে এই সময়ে দিতে হইবে। দু তিনবার ফুটিলেই নামাইয়া ফেলিবে। ইহা ছাড়া তিত শাকগুলি বরাবর বলকের সময়ে ছাড়িবে। ইহা কষার অপেক্ষা কাঁচা ছাড়িলে আস্বাদ ভাল হয়। মশলা লাল করিয়া কষিয়াও নিমঝোল করা যায়।

ভোজন বিধি।—ভাতের প্রথম গ্রাসেই শুক্তানি দিয়া খাইতে হইবে।

৩৪৫। উচ্ছের শুক্তানি।

উপকরণ।—উচ্ছে চৌদ্দটী, ছোট বেগুন দুটী, মূলা একটি, কলাই শুটি এক মুঠা, আলু সাত আটটী, কাঁচকলা একটি, ধনে আধ তোলা, সরিষা এক তোলা, হলুদ এক গিরা, জল তিন পোয়া, কড়াই বড়ি সাত আটটী, নুন পোন তোলা, সরিষা তেল এক ছটাক, তেজপাতা এক খানি, পাঁচ ফোড়ন সিকি তোলা, ময়দা আধ কাঁচ্চা, চিনি সিকি তোলা, দুধ এক ছটাক, আদা এক তোলা।

প্রণালী।—তরকারীগুলি যেটী যেমন করিয়া বানান উচিত তেমন করিয়া বানাইয়া রাখ। * ধনে, সরিষা, হলুদ পিষিয়া রাখ। আদাটুকু আলাদা ছেঁচিয়া রাখ।

আধ ছটাক তেল চড়াও। তাহাতে আগে বড়িগুলি কষিয়া আগে উঠাইয়া রাখ। মিনিট চারের মধ্যে কষা হইবে। তার পরে উচ্ছে ছাড়। উচ্ছেগুলি দু চারবার নাড়া চাড়া করিয়া বেগুন ও কলাইশুটি ছাড়া আর অন্য সব তরকারীগুলি ছাড়। মিনিট পাঁচ ছয় ধরিয়া তরকারীগুলি কষিয়া বাঁটা মশলাগুলি পোয়া তিনটাক্ জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে বেগুন ও কড়াইশুটিগুলি এবং বড়িগুলি ছাড়। মিনিট দশ পরে তরকারী সিদ্ধ হইয়া আসিলে নুন দাও। দু এক ফুট ফুটিলে একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়ি চড়াও। বাকী তেলটুকু ঢালিয়া দাও। তেজপাতা ও পাঁচফোড়ন ছাড়। ফোড়নের গন্ধ বাহির হইলেই তরকারী সাঁত-

---

* কোন্ কোন্ তরকারী কি রকমে বানাইলে ভাল হয় তাহা আমরা "প্রয়োজনীয় কথা"য় "সবজি বানান"তে সবিশেষ বলিয়া আসিয়াছি।

লাইবে। তার পরে এক ছটাক দুধে চিনি ও ময়দা গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। তিন চারবার ফুটিলে পর নামাইয়া ফেলিবে। এখন আদা ছেঁচিয়া তাহার রস দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ।

করোলারও শুক্তানি এই প্রণালীতে করা যায়।

৩৪৬। করোলার শুক্তানি।

উপকরণ।—করোলা একটি, আলু সাতটী, কচি সজিনার ডাঁটা দশ গাছি, পটোল চারিটী, ভিজা ছোলা এক মুঠি, আদা এক তোলা, সরিষা দেড় তোলা, হলুদ এক গিরা, ধনে আধ তোলা, রাঁধুনি আধ কাঁচ্চা, তেল এক ছটাক, তেজপাতা দুখানা, জল তিন পোয়া, বেগুন আধ পোয়া, বড়ি সাতটী, কাঁচকলা একটি, নুন প্রায় পোন্ তোলা; দুধ এক ছটাক, চিনি আধ কাঁচ্চা।

প্রণালী।—করোলার বাধাইয়া গা চাঁচিয়া ফেল। বার চৌদ্দ টুকরা করিয়া কাট। আলু ছয় টুকরা কাট। সজিনা ডাঁটা এক আঙ্গুল লম্বা করিয়া বানাও। বেগুন আট টুকরা কাট। কাঁচকলা আট টুকরা কাট। পটোল চার টুকরা কাট।

সমস্তটুকু সরিষা হইতে আধ কাঁচ্চাটাক ফোড়নের জন্য রাখ। তারপরে সরিষা, ধনে ও হলুদ পিষিয়া রাখ। ফোড়নের জন্য একটু খানি রাঁধুনি রাখিয়া বাকী সমস্ত রাঁধুনিটুকু পিষিয়া রাখ। আদা ছেঁচিয়া আলাদা রাখ।

এইবারে হাঁড়ি চড়াও। আধ ছটাক তেল চড়াও। তেলে বড়ি

এবারে করোলা ছাড়। নাড়া চাড়া করিয়া আলুগুলি ছাড়। যখন এই সব তরকারী অল্প ভাজা ভাজা মত হইবে তখন হলুদ, ধনে ও সরিষা-বাঁটা জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। ছাঁচনা ছয় সাত মিনিটের মধ্যে ফুটিয়া উঠিলে বেগুন, কাঁচকলা, সজিনা ডাঁটা, নুন এবং ছোলা দিবে। প্রায় মিনিট পনের পরে তরকারী সিদ্ধ হইলে নামাইবে।

আবার হাঁড়ি চড়াও। বাকী তেলটুকু ঢালিয়া দাও। তেজপাতা, সরিষা ও রাঁধুনি মিশাইয়া ফোড়ন দাও। এইবারে তরকারী ঢালিয়া সম্বরাও। দুধে রাঁধুনি-বাঁটা ও চিনি গুলিয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও। বেশ তিন চার ফুট ফুটিলে আদা-ছেঁচা দিয়া নাড়িয়া চাড়িয়া হাঁড়ি নামাও। ঢাকিয়া রাখ।

উচ্ছের শুক্তানিও এই প্রকারে রাঁধিলে খাইতে বেশ হয়।

৩৪৭। করোলার শুক্তানি।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

উপকরণ।—করোলা একটি, বড় বেগুন আধ খানা, কাঁচকলা একটি, মূলা ছোট দুটি, কুমড়া বড়ি ছয়টী, সরিষা তেল দেড় কাঁচ্চা, সরিষা দেড় তোলা, হলুদ আধ গিরা, দুধ আধ ছটাক, চিনি আধ কাঁচ্চা, তেজপাতা তিন খানি, ঘি আধ ছটাক, আদা আধ তোলা, নুনপ্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—তরকারীগুলি বানাইয়া ধুইয়া রাখ।

সিকি কাঁচ্চা সরিষা, ফোড়নের জন্য রাখিয়া বাকী সব পিষিয়া রাখ। হলুদ পিষিয়া রাখ। আদা ছেঁচিয়া রাখ।

আগুনে হাঁড়ি চড়াও। এক কাঁচ্চা তেল দাও। ঐ তেলে বড়ি-গুলি কষিয়া উঠাও। তারপরে উহাতে বেগুন ও করোলা ছাড় এবং অন্য সব তরকারীগুলি ছাড়িয়া কষ। অল্প লালচে হইয়া আসিলে উঠাইবে। এইবারে বাকী যে আধ কাঁচ্চা তেল আছে তাহা হাঁড়িতে ঢালিয়া দাও। তাহাতে করোলা ছাড়। তিন চার বার নাড়াচাড়া করিয়া ছাঁচনা দাও। ফুটিলে তরকারীগুলি ছাড়িবে। এই বলকেই বেগুন এবং তেজপাতা দিবে।

মিনিট দশ পনের পরে সব সিদ্ধ হইয়া গেলে দুধ ও চিনি দিবে। তার পরে হাঁড়ি নামাও।

আবার হাঁড়ি চড়াও। ঘি দাও। সরিষা ফোড়ন দাও। ইহাতে পূর্ব্বপ্রস্তুত তরকারী ঢালিয়া সাঁতলাও। দু একবার ফুটিলেই আদা-ছেঁচা দিয়া নাড়িয়া হাঁড়ি নামাইয়া রাখ।

উচ্ছের শুক্তানিও এই প্রকারে করিতে পারা যায়।

৩৪৮। শাকের শুক্তানি।

প্রণালী।—ঠিক উচ্ছে বা করোলার মত করিয়া শাকের শুক্তানি রাঁধিতে হইবে। কেবল কোন শাকই কষিবে না বিশেষতঃ হিঞ্চে শাক। শাক কষিলে শাকের গুণ চলিয়া যাইবে। ছাঁচনা দিবার পরে বলক উঠিলে কাঁচা শাক ছাড়িতে হইবে।

হিঞ্চে, গিমা ও থানকুনি শাক এবং শিউলি পাতারও শুক্তানি হয়।

৩৪৯। পলতার ডাল্‌না।

উপকরণ।—আলু আধ পোয়া (চারিটা), কাঁচকলা আধ পোয়া, থোড় এক ছটাক (এক বিঘৎ লম্বা), ডুমুর এক ছটাক, বেগুণ আধ পোয়া (একটা), মূলা আধ পোয়া (একটা), পলতা আধ ছটাক, বড়ি আধ ছটাক (বারটা), নুন প্রায় এক তোলা, জল পাঁচ পোয়া, ঘি এক ছটাক, সরিষা-বাঁটা এক তোলা, ধনে-বাঁটা এক তোলা, হলুদ-বাঁটা আধ তোলা (একগিরা), তেজপাতা দুই খানি, ফোড়নের জন্য সরিষা দুয়ানি ভর, আদা এক তোলা, দুধ আধ ছটাক, জীরামরিচ-বাঁটা আধ তোলা, চিনি সিকি তোলা, ময়দা আধ কাঁচ্চা।

প্রণালী।—এক একটি আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয় টুকরা করিয়া কাট। কাঁচকলার খোসা ছাড়াইয়া বার টুকরায় কাট। থোড় তিন-কোণা কাট। ডুমুর আট টুকরা করিয়া কাট। বেগুন ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। মুলার বাধাইয়া খোসা ছাড়াইয়া ঠিক কাঁচকলার ধরণে কাটিয়া যাও। পলতার কচি কচি ডাঁটা ও পাতাগুলি সব ছিঁড়িয়া রাখ। পলতাপাতা ধুইয়া একটু নুন মাখিয়া রাখ। থোড় ধুইয়া নুন মাখিয়া রাখ। বেগুন ধুইয়া আলাদা রাখিয়া দাও। আলু, মূলা, কাঁচকলা, ডুমুর ধুইয়া একটু হলুদ মাখিয়া রাখ।

আধ ছটাক ঘি একটি হাঁড়িতে চড়াইয়া দাও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে বড়িগুলি কষিয়া উঠাও। বেগুন ও পলতা ছাড়া অন্য সমস্ত তরকারী ঘিয়ে ছাড়। থোড়ের জল নিংড়াইয়া ছাড়িবে। মিনিট চার পাঁচ তরকারীগুলি অল্প করিয়া সাঁতলাইয়া ঘি ছাঁকিয়া রাখ। হাঁড়িতে যেটুকু ঘি থাকিবে তাহা কোন পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

৩৫১। নিমঝোল।

উপকরণ।—আলু চারিটা, থোড় আধ বিঘৎ সমান, বেগুন একটি, কাঁচকলা একটা, মূলা আধ খানা, নিমপাতা দশটা, সরিষা তেল আধ ছটাক, ঘি এক কাঁচ্চা, হলুদ সিকি তোলা, ধনে বাঁটা দেড় কাঁচ্চা, সরিষা এক কাঁচ্চা, আদা এক তোলা, শফেদা (চালের গুঁড়া) আধ কাঁচ্চা, বড়ি সাত আটটা, জল আধ সের, জীরা ছয়ানি ভর।

প্রণালী।—পূর্ব্বোক্ত প্রকারে সব তরকারীগুলি বানাইয়া ধুইয়া রাখ। থোড় বানাইয়া ধুইয়া একটু নুন মাখিয়া রাখ।

কড়ায় আধ ছটাক তেল চড়াও। বড়িগুলি সাঁতলাইয়া উঠাও। সবশেষে নিমপাতা সাঁতলাইবে।

একটি হাঁড়ি চড়াও। ধনে, হলুদ, সরিষা-বাঁটা আধ সের জলে গুলিয়া হাঁড়িতে ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে তরকারীগুলি সব ঢালিয়া দাও। মিনিট দশ পরে তরকারী আধ-সিদ্ধ রকম হইয়া আসিলে নুনটুকু আর বড়িগুলি ছাড়। মিনিট সাত আট পরে সব তরকারী ভাল রকম সিদ্ধ হইয়া আসিলে নামাইয়া, একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে। ঘি দাও। একটু আদা-কুচি ছাড় এবং জীরা ও সরিষা ফোড়ন দাও। তরকারী ঢালিয়া সম্বরাও। এখন ইহাতে, শফেদাটুকু একটু জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে আদা-ছেঁচা দিয়া নাড়িয়া হাঁড়ি নামাও। একটী পাত্রে ঢালিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৩৫২। নিমের কারী-শুক্তানি।

উপকরণ।—আলু আধ পোয়া, বেগুন বড় একটা, রাঙা আলু ছোট একটা, টাট্‌কা মূলা ছোট একটা, কাঁচকলা একটা, কলাই-ডালের বড় বড়ি পাঁচটা, আদা এক তোলা, পেঁয়াজ আধ পোয়া, সরিষা আধ তোলা, ধনে এক তোলা, শুষ্ক লঙ্কা দুটি, জীরামরিচ সিকি তোলা, হলুদ এক গিরা, নুন বার আনা ভর, দই এক ছটাক, নিমপাতা আট দশটা, ঘি আধ পোয়া, জল আড়াই পোয়া।

প্রণালী।—তরকারীগুলি বানাইয়া রাখ। ভাজিবার জন্য দুটি মাত্র পেঁয়াজ কুঁচাও।

সরিষা, ধনে, শুক্নালঙ্কা, জীরামরিচ, আদা, হলুদ ও অবশিষ্ট পেঁয়াজগুলি সব মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে আধ ছটাক ঘি চড়াও। কাঁচকলা আর নিমপাতা ছাড়। সব তরকারীগুলি ছাড়। ভাল করিয়া সাঁতলাইয়া উঠাও। সাঁতলাইতে মিনিট চার পাঁচ লাগিবে। তাহার পর ইহাতে নিমপাতা ভাজ। নিমপাতা উঠাইয়া আবার আধ ছটাক আন্দাজ ঘি এই হাঁড়িতে ঢালিয়া দাও। বড়িগুলি কষ। দু তিন মিনিটের মধ্যে বড়ি লাল্‌চে রকমের হইয়া আসিলে উঠাইবে। এখন এই ঘিয়েতেই পেঁয়াজ ছাড়িয়া ভাজ। তিন চার মিনিটের মধ্যে পেঁয়াজগুলি লাল্‌চে রংএর হইলে উঠাইবে। এখন অবশিষ্ট ঘি ইহাতে ঢালিয়া দাও। পেষা মশলা উহাতে ছাড়। খুন্তি দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া কষিতে থাক। হাঁড়ির গায়ে লাগিয়া যাইতেছে দেখিলে হাতে করিয়া জলের ছিটা মারিয়া

লাল হইয়া আসিলে দই দিবে। দইয়ের জল মরিয়া গেলে আবার জল দিয়া কষিবে। সবশুদ্ধ প্রায় মিনিট পনের এই রকম জলের ছিটা মারিয়া কষিলে তবে মশলা বেশ লাল হইবে। ইহাতে ছিটা মারিতে মারিতে প্রায় এক পোয়া জল খাওয়াইতে হইবে। তারপরে সাঁতলান তরকারী ছাড়িবে। দু তিনবার কষিয়া দেড় পোয়া জল ঢালিয়া দিবে। তাহাতে নুন, নিমপাতা, কাঁচকলা এবং বড়ি-গুলি ছাড়িবে। হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে। মিনিট সাত আট পরে আলু-গুলি সিদ্ধ হইয়া আসিলে, বেশ দই দই হইয়া আসিলে নামাইবে। ঠাণ্ডা হইলে দেখিবে আপনিই উপরে ঘি ভাসিয়া উঠিয়াছে।

৩৫৩। নালতেপাতার শুক্তানি।

উপকরণ।—ছাঁচিকুমড়া এক ফালি (ওজনে প্রায় আধ সের), নাল্‌তে দশ বারটী, জীরামরিচ-বাঁটা আধ তোলা, ধনে-বাঁটা আধ তোলা, সরিষা-বাঁটা এক তোলা, দুধ আধ ছটাক, ঘি আধ ছটাক, সরিষা তেল দুই কাঁচ্চা, নুন প্রায় আধ তোলা, জীরা ও রাঁধুনি মিলাইয়া সিকি তোলা ফোড়ন, জল দেড় পোয়া, আলু দু তিনটা, বড়ি বারটী, তেজপাতা দুটি।

প্রণালী।—ছাঁচিকুমড়ার খোসা ছাড়াও। ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। যেমন কুমড়া বানাইবে আলুও সেই রকম করিয়া বানা-ইবে। সব ধুইয়া লও। নাল্‌তে পাতা ভিজাইতে দাও।

হাঁড়িতে তেলটুকু দিয়া আগুনে চড়াও। আগে বড়িগুলি ভাজিয়া

মিনিট নাড়িয়া, নুন দিয়া, হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। মিনিট তিন পরে ইহার জল মরিয়া আসিলে নালতে পাতা ছাড়িবে। তিন চার বার নাড়িয়া কষিবে। এইবারে উহাতে সরিষা ও ধনে-বাঁটা দাও। জল দিয়া তারপরে হাঁড়ি ঢাকা দাও। মিনিট পাঁচ ফুটিলে পর ভাজা বড়িগুলি ছাড়। হাঁড়ি ঢাক। আরো পাঁচ সাত মিনিট ফুটিলে পর নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া ঘি দাও। তেজপাতা ছাড়। ঘিয়ের ধোঁয়া উঠিলে ফোড়ন ছাড়। ফোড়নের চট্‌পট্ শব্দ থামিলে তরকারী ঢালিয়া তখনি ঢাকা দাও। তারপরে একটু পরেই দুধে জীরামরিচ-বাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। দু তিন মিনিট পরে নামাইয়া রাখ।

৩৫৪। নালতেপাতার শুক্তানি।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

উপকরণ।—ছাঁচি কুমড়া এক ফালি, নালতেপাতা দশ বারটী, সরিষা-বাটা আধ তোলা, দুধ আধ ছটাক, ময়দা আধ কাঁচ্চা, তেজ-পাতা দুটী, জীরা সিকি তোলা, বড়ি ছয়টী, ভিজা ছোলা আধ মুটা, ঘি আধ ছটাক, নুন প্রায় দশ আনা ভর, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—প্রথমে হাঁড়িতে এক কাঁচ্চা ঘি দিয়া চড়াও। বড়ি-গুলি কষিয়া উঠাও। তারপরে ঐ ঘিয়ে নাল্‌তে ছাড়। দু তিনবার নাড়া চাড়া করিয়া তাহাতে কুমড়াগুলি দিবে। নুন দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া

তখন বড়ি ও সিদ্ধ ছোলাগুলি ছাড়িবে। ক্রমে মিনিট পাঁচ ছয়ের ভিতর ইহার জল মরিয়া গেলে সরিষা-বাঁটা জলে গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। মিনিট পাঁচ ছয় পরে গাঢ় হইয়া আসিলে, দুধে ময়দা গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। বেশ থকথকে হইয়া আসিলে নামাইবে।

এইবারে আবার হাঁড়ি চড়াও। তেজপাতা ও জীরা ফোড়ন দিয়া সাঁতলাও।

সিউলিপাতা দিয়াও এই প্রকারে শুক্তানি রাঁধিতে হয়।

৩৫৫। সজিনা ফুলের রাই।

উপকরণ।—সজিনাফুল আধ পোয়া, সরিষা-বাঁটা পোন তোলা, নাল্‌তেপাতা পাঁচ ছয়টা (অথবা ক্ষার আধ তোলা দিলেও হয়), ফোড়নের জন্য সরিষা ছয়্‌আনি ভর, সরিষা তেল দেড় কাঁচ্চা, নুন আধ তোলা, জল আধ পোয়া, গোলমরিচ-বাঁটা সিকি তোলা।

প্রণালী।—সজিনা ফুলগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ, যেন পোকা না থাকে।

সরিষা তেল চড়াও। সরিষা ফোড়ন দাও। সজিনাফুল ছাড়। নাড়া চাড়া করিয়া সরিষা-বাঁটা ও জল দাও। তারপরে নুনটুকু দাও। এই সময় নালতেপাতা বা ক্ষার দিবে। গোলমরিচ-বাঁটা দিবে। গাঢ় থক্‌থকে হইলে নামাইবে।

৩৫৬। তিতাখার।

উপকরণ।—করোলা একটি, সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, চালের খুদ বা ভাত এক মুঠা, ক্ষার আধ কাঁচ্চা, সরিষা বাঁটা বার আনা ভর, নুন আধ তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—করোলা কাটিয়া চাকা চাকা করিয়া কাট। আগের দিনে রৌদ্রে শুকাইতে দাও। এক দিন রৌদ্র পাইলেই ইহার কাঁচাটে ভাব চলিয়া যাইবে। পর দিনে এই শুষ্ক করোলা রাঁধিবে।

একটি কড়ায় তেল চড়াও। তাহাতে করোলাগুলি ছাড়। অল্প নাড়া চাড়া করিয়া ইহাতে চালের খুদ বা রাঁধা ভাত দাও। ক্ষার দাও। তারপরে বাঁটা সরিষা এক পোয়া জলের সহিত গুলিয়া ছাঁকিয়া উহাতে দাও। নুন দাও। বেশ থক্‌থকে করিয়া রাঁধিবে।

নবম অধ্যায়।

ডাল।

প্রয়োজনীয় কথা।

ডাল।—আমাদের ভাঁড়ার ঘরে গোটা ডাল, কাঁচা ডাল, ভাজা ডাল প্রভৃতি নানা রকমের ডাল রাখা হয়। মাষকলাই আর মুগই প্রায় গোটা আসে। আমরা ইচ্ছামত তাহা হইতে কাঁচা, ভাজা, বিউড়ি ইত্যাদি তিন চারি রকমের ডাল প্রস্তুত করিয়া লই। মসুর, ছোলা, অরহর, খ্যাশারি, মটরাদির প্রস্তুত ডাল প্রায় কিনিয়া লওয়া হয়। ডাল যত টাট্‌কা হইবে, তত শীঘ্র গলিয়া যাইবে। পুরান ডাল হইলে গলিতে অনেক দেরী লাগে; অনেক সময় হয়তো সিদ্ধই হয় না অমনি বীচি বীচি রহিয়া যায়। সেই জন্য কিনিবার সময় ডাল ভাল করিয়া চিনিয়া কিনিতে হইবে।

সচরাচর সাধারণ লোকের মধ্যে খোসা সুদ্ধ মাষকলাই ডাল খাওয়া বেশী প্রচলিত। মুগ, মসুর, ছোলার ডাল প্রভৃতি প্রতিদিন পরিবর্ত্তন করিয়া খাওয়াই ভাল।

ভাজা ডাল।—গোটা ডাল প্রথমে রৌদ্রে দিয়া জাঁতায় ভাঙ্গা হয়। তারপরে কুলায় করিয়া ঝাড়িয়া খুদ আলাদা করা হয়, ভুষি আলাদা করা হয়। ইহাই কাঁচা ডাল হইল।

গোটা ডাল প্রথমে ভাল করিয়া ঝাড়িয়া লইবে। তারপরে বালি-খোলায় ভাজিবে। একটি জায়গায় ছড়াইয়া ঠাণ্ডা করিবে। তারপরে জাঁতায় ভাঙ্গিবে। শেষে পাছড়াইয়া ডাল, ভুষি, খুদ আলাদা করিবে। এই প্রকারে ভাজা ডাল করা হয়। ঘরে ভাজা ডাল প্রস্তুত করিলে বাজারের অপেক্ষা খাইতে বেশ মোলায়েম লাগে।

ডাল রাঁধিবার সরঞ্জাম।—ডাল তোলো হাঁড়িতে রাঁধিলেই সুবিধা। তবে ডাল-কারী করিতে হইলে তিজেল হাঁড়ি লাগিবে। ডাল ঘুঁটিবার জন্য ঘুঁটুনি দরকার। ঘাঁটিবার জন্য হাতা বা চামচ চাই। টকের ডাল ঘাঁটিবার জন্য কাঠের ঘুঁটুনি চাই, কাঠের চামচ চাই। হাঁড়ির মুখ ঢাকিতে সরা রাখিবে।

ডাল ধোয়া।—ডাল প্রথমে জলে ভাল করিয়া ধুইয়া লইবে। কিন্তু ভিজাইয়া রাখিবে না; তাহা হইলে ডাল সিদ্ধ হইতে মুস্কিল হইবে। তবে কোন কোন ডাল ভিজাইয়াও রাঁধা হইয়া থাকে।

ডালে বাড়া।—সব ডাল রাঁধিলে বাড়ে না। মুগ, মসুর, কলাই বাড়ে। ছোলা অরহর রাঁধিলে বাড়ে না। ডাল সিদ্ধ হইলে ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিয়া দিয়া পাতলা করিলে বাড়ে। কিন্তু কষিয়া রাঁধিলে বাড়িবে না। সে যে খুব গাঢ় করিয়া রাঁধিতে হইবে।

ডাল রান্না।—নানাবিধ ডাল বিভিন্ন প্রকারে রাঁধা হইয়া থাকে। সচরাচর রাঁধা ডাল তিন ভাগে বিভক্ত যথা—তিত ডাল, ঝাল ডাল, টক ডাল। তিত ডাল করোলা, উচ্ছা প্রভৃতি তিক্ত জিনিশ দিয়া রাঁধিতে হয়। ঝাল ডাল শুধু বা শবজী দিয়া রাঁধা

হয়। আর টক ডাল আলুবখরা, চালতা, জলপাই, তেঁতুল, কাঁচা আম প্রভৃতি অম্ল জিনিশ দিয়া রাঁধিতে হয়।

জল।—ডালের জল অনেকটা ভাতের মত চড়াইতে হয়। তবে সব ডালে নয়। ডাল পাতলা করিয়া রাঁধিতে হইলে এক পোয়া ডালে পাঁচ পোয়া জল চড়াইবার হিসাব ধরা হয়। ডাল ঘন করিয়া রাঁধিলে বা কষিয়া ডাল রাঁধিতে গেলে এক পোয়া ডালে তিন পোয়া কি সাড়ে তিন পোয়া আন্দাজ জল দিলেই হইয়া যায়।

প্রথমে জল গরম করিতে চড়াইবে, তারপরে ডাল ছাড়িবে। আধ-সিদ্ধ ডালে কখনো কাঁচা জল ঢালিয়া দিবে না। তাহাতে ডালের আস্বাদও খারাপ হইয়া যায় আর ভাল করিয়া সিদ্ধ না হইয়া বীচিবীচি থাকিয়া যাইবে। যদি জল দিতে চাও তো গরম জল দিবে। ডালটা প্রথমে অল্প জলে সিদ্ধ করিয়া ঘুঁটিয়া তারপরে বাকী জল ঢালিয়া পাতলা করিলে ডাল রান্না শীঘ্র হইয়া যায়।

আঁচ।—ডাল মধ্যম আঁচেই চড়ান ভাল। জ্বলন্ত আঁচে চড়াইলে জল শীঘ্র শুকাইয়া যাইবে অথচ সিদ্ধ হইবে না। একেবারে নরম আঁচে চড়াইলে ডাল ঠাণ্ডা জলে থাকিয়া থাকিয়া দড়কচা পড়িয়া যায়। ডাল জ্বালে চড়াইয়া বারবার নামানামি করিলেও ডাল দড়কচা পড়িয়া যায়, ভাল সিদ্ধ হয় না। ডাল চড়াইয়া যতটা পারিবে হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে, তাহা হইলে শীঘ্র সিদ্ধ হইয়া যাইবে।

মশলা।—ডাল নিজের গুণে ভাল মন্দ হয়। তারপরে নানা মশলার সাহায্যে আরো ভাল হয়। সচরাচর ডালে হলুদ,

নারিকেল, আদা, পেঁয়াজ, কাঁচালঙ্কা, রশুন, গরম মশলা, তেজপাত এ সবও ডালের উপকরণ। পেষা মশলা দিয়া যেমন ডাল রাঁধা হয়, গুঁড়া মশলা দিয়াও সেইরূপ ডাল রাঁধা যায়।

ফোড়ন।—ডালের ফোড়ন জীরা, লঙ্কা, তেজপাতা। তা ছাড়া পেঁয়াজ, আদা, রশুনও দেওয়া হয়।

ডালের শবজী।—আলু, পটোল, ডেঙ্গো ডাঁটা, মূলা, বেগুন, করোলা, উচ্ছে, ইঁচড়, মোচা, চালতা প্রভৃতি ভিন্ন ভিন্ন তরকারী ভিন্ন ভিন্ন ডালে ব্যবহৃত হইয়া থাকে। সব তরকারী আবার সব ডালে থাপ খায় না। যে ডাল রাঁধিতে যে যে তরকারী উপযোগী তাহা যথা স্থানে বলা যাইবে।

ভোজন বিধি।—ডাল ভাতে মাখিয়া তাহার সহিত ভাজিভুজি, ছেঁচকী দিয়া খাইবে। লুচি রুটি দিয়াও সকলে ডাল খাইয়া থাকে।

মুগের ডাল।

মুগ অনেক প্রকারের হয়। তন্মধ্যে সোণামুগ, কৃষ্ণমুগ, হালি-মুগ বা ঘোড়া মুগই অধিক প্রচলিত।

সর্ব্বাপেক্ষা সোণামুগেরই ভাজা ডাল উৎকৃষ্ট হয়। কৃষ্ণ মুগেরও ভাজা ডাল ভাল হইয়া থাকে। তবে ইহার খোসা পরিষ্কাররূপে উঠাইতে না পারিলে রাঁধিবার সময় ডাল কাল হয়। এই জন্য কৃষ্ণমুগ রাঁধিবার সময় একটু বেশী হলুদ দিবে তাহা হইলে সোণা-মুগেরই মত রং হইবে।

হালি মুগের কাঁচা বিউড়ি ডাল করা হয়। কাঁচা ভিজাইয়া

গোটামুগ রাঁধিতে হইলে সোণামুগ রাঁধিবে।

গুণাগুণ।

মুদ্গঃ কষায়ো মধুরঃ কফপিত্তাস্রজিল্লঘুঃ।
গ্রাহী শীতঃ কটুঃ পাকে চক্ষুষ্যো নাতি বাতলঃ॥

মুগের ডাল কষায় মধুর কফ পিত্ত ও রক্তদোষনাশক লঘুপাক ধারক শীতবীর্য্য পাকে কটু ও চক্ষু রোগের হিতকারী এবং কিঞ্চিৎ বায়ুকর।

(রাজবল্লভ।)

কৃষ্ণমুদ্গা মহামুদ্গা গৌরা হরিত পীতকাঃ।
শ্বেতা রক্তাশ্চ নির্দ্দিষ্টা লঘবঃ পূর্ব্ব পূর্ব্বতঃ॥
প্রধানা হরিতাস্তত্র বন্যা মুদ্গাস্তু মুদ্গবৎ।

কৃষ্ণ মুগ, মহা মুগ, গৌর মুগ, হরিত মুগ, পীত মুগ, শ্বেত মুগ, ও রক্ত মুগ ভেদে মুগ সাত প্রকার হয় ইহারা যথাক্রমে পর পর লঘুপাক হয়, কিন্তু ইহার মধ্যে হরিত মুগ সর্ব্বাপেক্ষা প্রধান। বন মুগের গুণ মুগের ন্যায় হয়।

মুদ্গযূষের গুণ।

পিত্তজ্বরঘ্নঃ লঘুঃ সন্তাপহরঃ অরোচকঘ্নঃ।
রক্তপ্রসাদনঃ সৈন্ধবযুক্তঃ সর্ব্বরোগঘ্নশ্চ॥

(রাজনির্ঘণ্টু।)

মুদ্গযূষের গুণ পিত্তজ্বর নাশক, লঘু, সন্তাপহারী অরুচি নাশক ও রক্তপ্রসাদক। সৈন্ধব লবণযুক্ত মুদ্গযূষ সর্ব্বরোগনাশক।

৩৫৭। পাতলা মুগের ডাল।

উপকরণ।—মুগের ডাল এক পোয়া, হলুদ বড় এক গিরা, দারচিনি দু টুকরা, তেজপাতা তিনটি, কাঁচা লঙ্কা পাঁচটী, নুন প্রায় দশ আনি ভর, জীরামরিচ-বাঁটা সিকি তোলা, দুধ আধ ছটাক, চিনি আধ তোলা, ঘি এক ছটাক, জীরা দুয়ানি ভর, জল পাঁচ পোয়া।

প্রণালী।—মুগের ডাল ভাল করিয়া বালি ইত্যাদি বাছিয়া ধুইয়া রাখ। হাঁড়িতে পাঁচ পোয়া জল চড়াও। মিনিট দশ পনেরর মধ্যে জল গরম হইয়া গেলে তিন পোয়া জল একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ। বাকী আধ সের জলে ডাল ছাড়। মিনিট পনেরর মধ্যে ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে ডাল ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিয়া দাও। ডাল বেশ ভাঙ্গিয়া গেলে তিন পোয়া গরম জল ইহাতে ঢালিয়া দাও। এখন বাঁটা হলুদ, আস্ত দারচিনি, তেজপাতা ও কাঁচালঙ্কা আধ খানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ইহাতে ছাড়। নুন দাও। হাঁড়ির মুখ ঢাক। ডালে জলে বেশ মিশিয়া গেলে প্রায় মিনিট সাত আট পরে উহাতে দুধে চিনি ও জীরামরিচ-বাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। এই সঙ্গে আধ ছটাক ঘি ঢালিয়া দাও। ছয় সাত মিনিট বেশ ফুটিলে পর নামাইবে।

এইবারে আরেকটী হাঁড়িতে পুনরায় আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া একখানি তেজপাতা ও একটি শুক্না লঙ্কা ছাড়। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে জীরা ফোড়ন দিবে। জীরার চুরচুর শব্দ থামিয়া গেলেই ডাল সাঁতলাইবে। প্রায় তিন কোয়ার্টার লাগিবে।

৩৫৮। আলু পটোল দিয়া মুগের ডাল।

প্রণালী।—মুগের ডালে আলু পটোল দিলেও ঠিক পাতলা মুগের ডালেরই মত রাঁধিতে হইবে। এই এক পোয়া ডালে কচি কচি পাঁচটী পটোল আর চারিটী আলু হইলেই যথেষ্ট হইবে। পটোল গুলির খোসা ছাড়াইয়া আড় ভাগে আধ খানা করিয়া কাটিবে, আলুগুলিরও খোসা ছাড়াইয়া আধ খানা করিয়া কাটিতে হইবে। যখন ডালঘুঁটুনি দিয়া ডাল ঘুঁটিয়া লইয়া গরম জল দিবে সেই সময়ে আলু ও পটোলগুলি ইহাতে ছাড়িয়া দিবে।

৩৫৯। আদা দিয়া মুগের ডাল।

উপকরণ।—মুগেরডাল এক পোয়া, হলুদ এক গিরা, শুক্নলঙ্কা দুটী, পেঁয়াজ তিনটী, আদা এক তোলা, জল এক সের, তেজপাতা চারিটী, ঘি তিন কাঁচ্চা, নুন প্রায় দশ আনি ভর।

হলুদ, দুইটি পেঁয়াজ, শুক্নালঙ্কা ও আদা একত্রে খুব মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

একটি তিজেল হাঁড়িতে এক সের জল চড়াইয়া দাও। মিনিট দশ পরে জল গরম হইলে উহা হইতে অর্দ্ধেক জল ঢালিয়া একটি পাত্রে রাখিয়া দাও। ঐ হাঁড়িতে যে অর্দ্ধেক জল থাকিবে তাহাতে

মুগের ডাল বাছিয়া ধুইয়া ফেল। একটি কাপড়ে ডালগুলি মুছিয়া শুক্না কর। ডালে এক কাঁচ্চা ঘি মাখিয়া রাখ। হাঁড়ির জল ফুটিয়া উঠিলে ডাল ছাড়িবে এবং নুন দিবে। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। মিনিট পনের পরে যখন দেখিবে ডাল সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, হাঁড়ি নামাইবে। ডাল-ঘুঁটুনি দিয়া ডাল ঘুঁটিয়া ডালে জলে মিশাও।

এইবারে বাকী গরম জল ইহাতে ঢালিয়া দাও। হাঁড়ি আগুনে চড়াও। মিনিট দশ ফুটিয়া ডালে জলে বেশ মিশিয়া গেলে ডালটী একটি পাত্রে ঢালিয়া ফেলিবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া আধ ছটাক ঘি দাও। ঘিয়ে দু খানি তেজপাতা, ও একটা পেঁয়াজ কুঁচাইয়া ফোড়ন দাও, এবং ডাল সাঁতলাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। দু এক ফুট ফুটিলেই নামাইবে।

যদি পেঁয়াজ না দিতে ইচ্ছা হয় তো শুধু হলুদ, লঙ্কা আর দেড় তোলা আদা বাঁটা দিলেই হইবে। সম্বরা দিবার সময় পেঁয়াজের পরিবর্ত্তে মৌরী ফোড়ন দিলেই হইবে। এই রকম ডালে ছোট ছোট কড়ুই বেগুন আস্ত ফেলিয়া দিলে খাইতে বেশ হয়।

৩৬০। মানকচু দিয়া মুগের ডাল।

উপকরণ।—মুগের ডাল এক পোয়া, গরম জল তিন পোয়া, মানকচু দেড় ছটাক, নুন প্রায় পোন তোলা, হলুদ এক গিরা, জীরামরিচ আধ তোলা, ঘি আধ ছটাক, কাঁচালঙ্কা তিনটা, জীরা দুয়ানি ভর, তেজপাতা দু খানা।

বার জল বদলাইয়া ধুইবে তবে ইহার লাল যাইবে। হলুদ পিষিয়া রাখিবে। জীরামরিচ পিষিয়া রাখিবে।

হাঁড়িতে জল চড়াও। জল গরম হইলে উহাতে ডাল ছাড়িবে। মিনিট পনের পরে ডাল আধ-সিদ্ধ হইয়া আসিলে মানকচু ছাড়িবে। হলুদ-বাঁটা দিবে। আর মিনিট দশ পরে ডাল ও কচু ভাল করিয়া সিদ্ধ হইলে নুন ও জীরামরিচ-বাঁটা দিবে। দু তিন ফুট ফুটিলে নামাইবে।

আবার হাঁড়িতে ঘি চড়াও। তেজপাতা, কাঁচালঙ্কা ও জীরা ফোড়ন দাও। ডাল সম্বরাও।

৩৬১। কড়ুই বেগুন দিয়া মুগের ডাল।

উপকরণ।—মুগের ডাল এক পোয়া, ছোট বেগুন ছয়টা, কাঁচা লঙ্কা পাঁচ ছয়টা, চিনি এক কাঁচ্চা, মাখন এক ছটাক, দুধ আধ ছটাক, জীরা দুয়ানি ভর, তেজপাতা দুখানা, ঘি আধ ছটাক, জল এক সের, হলুদ এক গিরা, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—কড়ুই বেগুন বা ছোট ছোট কাল বেগুন আনিয়া চার ফালি করিয়া চিরিবে অথচ আস্ত থাকে যেন। পাঁচটী কাঁচালঙ্কা পিষিয়া রাখিবে।

হাঁড়িতে জল চড়াও। জল গরম হইলে ডাল ছাড়িবে। ডাল ফুটিয়া উঠিলে হলুদ-বাঁটা দিবে। মিনিট পনের পরে আধ-সিদ্ধ হইয়া আসিলে বেগুণ ছাড়িবে। ডাল বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে কাঁচালঙ্কা-

আবার হাঁড়িতে ঘি চড়াও। তেজপাতা ও একটি কাঁচালঙ্কা ভাঙ্গিয়া, তারপরে ফোড়ন দাও। জীরা ফোড়ন দিয়া ডাল সম্বরাও।

৩৬২। ডেঙ্গোডাঁটা দিয়া মুগের ডাল।

উপকরণ।—মুগের ডাল এক পোয়া, জল দেড় সের, ডেঙ্গো ডাঁটা দু গাছা, কাঁটাল-বীচি পাঁচ ছয়টা, কাঁচালঙ্কা ছয়টী, নুন প্রায় দশ আনি ভর, দুধ এক ছটাক, চিনি পোন তোলা, পেষা জীরামরিচ আধ তোলা, খুব ভাল গাওয়া ঘি এক ছটাক, তেজপাতা চারিটী, শুক্নালঙ্কা দুইটী, পাঁচ ফোড়ন ও মৌরী মিলাইয়া আধ তোলা, আদা দেড় তোলা।

প্রণালী।—ডেঙ্গোডাঁটা প্রায় এক আঙ্গুল সমান কাটিয়া তাহার আঁশ ছাড়াইয়া ফেল। ডাঁটাগুলি বেশ মিষ্টি দেখিয়া লইবে। কাঁটাল বীচির সাদা খোসা ছাড়াইয়া আবার লাল খোসাও চাঁচিয়া ফেল।

মুগের ডালগুলি বাছিয়া ধুইয়া দেড় সের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট দশ পরে ডাল উথলিয়া উঠিলে পর কাঁটাল-বীচি ও ডাঁটাগুলি ছাড়। তিনটী তেজপাতা ছাড়। মিনিট কুড়ি পরে ডাল ও ডাঁটা প্রভৃতি ভাল করিয়া সিদ্ধ হইলে পর পাঁচ ছয়টী কাঁচা লঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ইহাতে ছাড়িয়া দাও। নুন দাও। ডাল বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে, দুধে চিনি আর জীরামরিচ-বাঁটা গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে। ইহার পরে ডাল দু এক ফুট ফুটিলে নামাইবে। ... প্রায় ত্রিশ মিনিট সিদ্ধ হইলে পর ডাল

একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখিবে।

এই হাঁড়িতে এক ছটাক ঘি চড়াও। ঘিয়ে তেজপাতা ও শুকা লঙ্কা ছাড়। তারপরে পাঁচফোড়ন ও মৌরী ফোড়ন দিয়া ডাল সাঁতলাও। তিন চার মিনিট ফুটিলে পর ডাল নামাইবার ঠিক আগে আদা ছেঁচিয়া তাহার রস ডালে দাও। ডাল নামাইয়া গরম গরম খাইতে দিবে।

৩৬৩। মালাই মুগের ডাল।

উপকরণ।—মুগের ডাল তিন ছটাক, তেজপাতা তিনটা, হলুদ এক গিরা, দুটি পেঁয়াজ, আদা এক গিরা, কাঁচালঙ্কা ছয়টা, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ তিনটী, ছোট এলাচ দুটী, নারিকেল আধ মালা, নুন প্রায় আধ তোলা জল তিন পোয়া, ঘি এক ছটাক।

প্রণালী।—হলুদ, একটি পেঁয়াজ, আদা, দুটী কাঁচালঙ্কা পিষিয়া রাখ।

নারিকেল কুরিয়া খাঁটি দুধ বাহির কর। তারপরে ঐ ছিবড়াতে এক পোয়াটাক গরম জল দিয়া গুলিয়া রাখ। এই জল সমেত ছিবড়াগুলা কচলাইয়া যতটা পারা যায় দুধ বাহির করিবে—ইহাই জলীয় দুধ। মুগের ডালে একটু ঘি মাখিয়া রাখ।

হাঁড়িতে আধ সের জল চড়াও। তেজপাতা ও বাটা মশলা ছাড়। হাঁড়ি ঢাকা দাও। জলটা উথলিয়া উঠিলে ডাল ছাড়। ডাল দিয়া আবার হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। মিনিট পনের পরে দারচিনি,

এই সময় নারিকেলের জলীয় দুধটা দাও। নুন দাও। কাঁচালঙ্কা দাও। ক্রমে ডালে জলে মিশিয়া গেলে নামাইবে।

আবার একটি হাঁড়ি চড়াও। ঘি দাও। উহাতে একটি পেঁয়াজ কুঁচা করিয়া ছাড়। পেঁয়াজের বেশ গন্ধ বাহির হইলে ডাল ঢালিবে। তারপরে নারিকেলের খাঁটি দুধটুকু ঢালিয়া দিবে। তিন চার ফুট ফুটিলে নামাইবে।

৩৬৪। মুগের ডালের পোরো।

উপকরণ।—সোণামুগের ডাল এক পোয়া, জল আধ সের, ছোট এলাচ দুটি, লঙ্গ চারিটী, দারচিনি প্রায় আধ তোলা, তেজপাতা দুখানি, কাঁচালঙ্কা পাঁচ ছয়টী, আদা এক তোলা, মাখন-মারা ঘি এক ছটাক, নুন প্রায় দশ আনিভর।

প্রণালী।—একটি তিজেল হাঁড়িতে আধ সের জল চড়াইয়া দাও। জল বেশ ফুটিতে থাকিলে তাহাতে তেজপাতা ও গরম মশলাগুলি ছাড়। মিনিট সাত আট ফুটিলে ডালগুলি ইহাতে ঢালিয়া দিবে। বরাবর হাঁড়ির মুখ সরা দিয়া ঢাকিয়া দিবে। ক্রমে ডাল আধ-সিদ্ধ হইয়া আসিলে কাঁচালঙ্কাগুলি চিরিয়া চিরিয়া দিবে। নুন দিবে। প্রায় মিনিট দশ পরে ডাল সিদ্ধ হইয়া বেশ ঘন হইয়া আসিলে আদা ছেঁচিয়া তাহার রস ডালের উপর দিয়া ডাল তখনি নামাইয়া ফেলিবে। একবার ঘাঁটিয়া ডালটা ঢাকিয়া রাখ। এখন মাখন-মারা ঘি ডালের উপরে ছড়াইয়া দাও।

সমস্ত ডালটা একবার ঘাঁটিয়া লইবে। ইহা আধ ঘণ্টার মধ্যেই হইয়া যাইবে।

৩৬৫। মুগের ডালের পোরো।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

উপকরণ।—মুগের ডাল এক পোয়া, জল তিন পোয়া, কাঁচা-লঙ্কা ছয়টা, খাঁটি সরিষার তেল এক ছটাক, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—হাঁড়িতে জল চড়াইবে। জল যখন খুব ফুটিতে থাকিবে তখন ডাল ছাড়িবে। ডাল ফুটিতে থাকিলে কাঁচালঙ্কা চিরিয়া চিরিয়া দিবে ও নুন দিবে। জলটা যখন প্রায় সব মরিয়া যাইবে তখন ঠিক নামাইবার আগে সরিষা তেল ঢালিয়া দিবে। দু এক ফুট ফুটিলে নামাইবে।

৩৬৬। মুগের ডাল চড়চড়ী।

উপকরণ।—মুগের ডাল এক পোয়া, ঘি এক ছটাক, গরম জল আধসের, বড় পেঁয়াজ চারিটা, নুন প্রায় দশ আনিভর, কাঁচালঙ্কা পাঁচ ছয়টা, আদা এক তোলা, হলুদ বড় এক গিরা, শুকালঙ্কা দুটি।

প্রণালী।—পেঁয়াজগুলি কুচি কুচি করিয়া কাট। আদা, শুকা লঙ্কা, হলুদ পিষিয়া রাখ।

ঘি চড়াও। পেঁয়াজগুলি ঘিয়ে মুচ্‌মুচে করিয়া ভাজ। পেঁয়াজ-ভাজা ঘি হইতে উঠাইয়া একটী পাত্রে রাখ। এইবারে ঐ ঘিয়েতেই পেষা মশলা ছাড়। মশলা প্রায় মিনিট সাত আট ধরিয়া কষিবার পর, ইহাতে ডাল ছাড়। ডালটা তিন চারিবার মশলার সহিত নাড়িয়া তাহাতে গরম জল ঢালিয়া দাও। নুন দাও। ডাল ফুটিয়া উঠিলে কাঁচালঙ্কা আধখানা করিয়া চিরিয়া উহাতে ফেলিয়া দাও। ডাল সিদ্ধ হইয়া বেশ শুক্না শুক্না হইয়া গেলে নামাইয়া পাত্রে ঢালিয়া দাও। ঐ ডালের উপরে পেঁয়াজ-ভাজা আধ-গুঁড়া করিয়া দাও। মিনিট কুড়ির মধ্যে হইয়া যাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাতে ও লুচি রুটিতে খাওয়া যায়।

৩৬৭। মুগের ডাল কারী।

উপকরণ।—সোণামুগের ডাল এক পোয়া, ঘি আধ পোয়া, ছোট এলাচ চারিটা, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ ছয়টা, হলুদ দু গিরা, আদা এক তোলা, শুক্নালঙ্কা বারটা, তেজপাতা দু খানা, নুন প্রায় এক তোলা, চিনি এক কাঁচ্চা, গরম জল পাঁচ পোয়া।

প্রণালী।—আদা, শুক্নালঙ্কা ও হলুদ পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে ঘি চড়াও। ঘিয়ে গরম মশলাগুলি ও তেজপাতা ফোড়ন দাও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইতে থাকিলে পেষা মশলা ছাড়। মশলাটা অল্প কষিয়া লইয়া অর্থাৎ যখন দেখিবে মশলার জলটুকু মরিয়া গিয়াছে অথচ বেশী ভাজা হয় নাই তখন ডাল

ও নুন দিবে। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে। প্রায় কুড়ি মিনিট লাগিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচি, রুটী ও ভাতে খাও।

৩৬৮। কৃষ্ণমুগের ডাল।

প্রণালী।—কৃষ্ণমুগের ডাল খুব ভাল করিয়া ধুইয়া লইবে। একটু বেশী হলুদ দিয়া রাঁধিবে। তাহা হইলে অনেকটা সোণা মুগের ডালের মতই হইবে।

৩৬৯। আলুবখরা বা আমচুর দিয়া মুগের ডাল।

উপকরণ।—মুগের ডাল এক পোয়া, আমচুর বা আলুবখরা বারটী, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, পাকা তেতুল এক ছড়া, সরিষা দুয়ানি ভর, নুন প্রায় এক তোলা, চিনি প্রায় এক তোলা, জল পাঁচ পোয়া, সরিষা তেল এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—হলুদ ও শুক্নালঙ্কা দুটি পিষিয়া রাখ। এক ছড়া তেঁতুল দেড় ছটাক আন্দাজ জলে ভিজাইয়া রাখ। আলুবখরা বা আমচুর ধুইয়া জলে ভিজাইয়া রাখ।

হাঁড়িতে জল গরম করিতে চড়াও। জল গরম হইলে তাহা হইতে তিন পোয়া জল আলাদা একটী পাত্রে ঢালিয়া রাখ। অবশিষ্ট

দাও। মিনিট দশ পরে ডাল বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে ঘুঁটনি দিয়া ঘুঁটিয়া দিবে। তারপরে সেই তিন পোয়া গরম জলটা ঢালিয়া হাতা দিয়া ঘাঁটিয়া ডালের সঙ্গে মিশাইবে। আরো মিনিট দশ ফুটিলে তেঁতুলের মাড়িটা ঢালিয়া দিবে। নুন দিবে। আলুবখরা বা আমচুর দিবে। চিনি দিবে। আলুবখরা বেশ নরম হইয়া ডালের সহিত মিশিয়া আসিলে ডালটাকে একটি পাত্রে ঢালিবে।

হাঁড়িটা ধুইয়া আবার চড়াও। নেতা দিয়া ইহার ভিতরের জলটুকু মুছিয়া লও। হাঁড়িতে তেলটুকু ঢাল। শুক্নালঙ্কা ভাঙ্গিয়া দু তিন টুকরা করিয়া তেলে ফোড়ন দাও। লঙ্কার একটু রং হইয়া আসিলেই তারপরে সরিষা ফোড়ন দিবে। সরিষার চুড়বুড় শব্দ থামিয়া গেলে তাহাতে ডাল ঢালিয়া সাঁতলাও। দু এক ফুট ফুটিলেই নামাইবে।

৩৭০। আনারস দিয়া মুগের ডাল।

প্রণালী।—উপরোক্ত প্রণালীতে আনারস দিয়াও ডাল রাঁধিতে পার। আমচুর বা আলুবখরার পরিবর্ত্তে আনারস ডুমো ডুমো করিয়া বানাইয়া দিবে।

৩৭১। আনারস দিয়া মুগের ডাল।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

উপকরণ।—আনারস সিকি খানা, মুগের ডাল আধ পোয়া, জল তিন পোয়া, হলুদ এক গিরা, নেবু দুটি, শুকালঙ্কা একটি, নুন প্রায় সাত আনি ভর, চিনি আধ তোলা, কাঁচালঙ্কা দুটী, তেজপাতা একটি, সরিষা দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—হাঁড়িতে জল চড়াও। জল ফুটিতে থাকিলে ডাল ছাড়। হলুদ-বাঁটা ও শুকালঙ্কা-বাঁটা দাও। ডাল সিদ্ধ হইয়া আসিলে হাতা দিয়া তিন চারিবার বেশ ভাল করিয়া ঘাঁটিয়া দিয়া তারপরে আনারস ছাড়িবে এবং নুন দিবে। আনারসটা সিদ্ধ হইয়া আসিলে চিনিটুকু দিয়া তারপরে ডাল নামাইবে।

আবার হাঁড়িতে ঘি চড়াও। ঘিয়ে তেজপাতা, কাঁচালঙ্কা-কুচি ও সরিষা ফোড়ন দাও। এইবারে এই ঘিয়ে ডালটাকে সাঁতলাও। ঠিক নামাইবার আগে নেবুর রস দিয়া তিন চারবার হাতা দিয়া নাড়িয়া তবে নামাইবে।

৩৭২। দিশী পাকা আমড়া দিয়া মুগের ডাল।

প্রণালী।—ঠিক আলুবখরার ডালের মত করিয়া রাঁধিতে হইবে। কেবল ইহাতে তেঁতুলের মাড়ি দিতে হইবে না। আমড়াগুলির খোসা একটু ফাটাইয়া ফাটাইয়া দিতে হইবে।

কাঁচা আম, করমচা, কমলানেবু ইত্যাদি দিয়া যত টক ডাল রাঁধিবে সব এই প্রকারে রাঁধিতে পার। টক ডালে টক, মিষ্টি, ঝাল সমান থাকিলেই খাইতে ভাল হইবে।

অরহর ডাল।

অরহর ডাল সাধারণতঃ তিন প্রকারের দেখা যায়। বড় পাটনাই অরহর, ছোট বা দিশি অরহর, আর কৃষ্ণ অরহর।

অরহর ডাল বাজারে কিনিলে তারপরে ঘরে আনিয়া আবার ভাল করিয়া কাঁড়িয়া লইতে হয়। অরহর ডালের কাল কাল খোসা যেন না থাকে।

কৃষ্ণ অরহর কাঠখোলায় ভাজিয়া ডাল করা হয়। এই অরহর ডাল খাইতে বড় মিষ্টি।

পাটনাই অরহর আর কৃষ্ণ অরহর কষিয়া রাঁধিতে ভাল। কিন্তু দিশী অরহর কাঁচা রাঁধিতে ভাল। চালতা বা আমচুর দিয়া রাঁধিলে বেশ হয়।

অরহর ডালের কাঁচা ঘি প্রধান মশলা।

সময়।—অরহর ডাল সিদ্ধ হইতে প্রায় তিন কোয়ার্টার সময় লাগে। কখন বা আধ ঘণ্টাতেও হইয়া যায়।

অরহর ডালের গুণ।

"আঢ়কী কফপিত্তঘ্নী।"

"অরহর ডাল কফ ও পিত্ত নাশক।"

(চরক)

৩৭৩। পাতলা কাঁচা অরহর্ ডাল।

উপকরণ।—ছোট অরহর ডাল আধ সের, জল দেড় সের, দারচিনি আধ তোলা, কাঁচালঙ্কা ছয়টা, হলুদ বড় এক গিরা, জীরামরিচ এক কাঁচ্চা, জীরা ছয়ানি ভর, তেজপাতা তিন খানা, হিং তিন রতি, দুধ এক ছটাক, চিনি আধ কাঁচ্চা, ঘি এক ছটাক, নুন প্রায় এক তোলা।

প্রণালী।—হলুদ পিষিয়া রাখ। জীরামরিচ আলাদা পিষিয়া রাখ। হিংটুকু একটু জলে ভিজাইয়া দাও।

একটি হাঁড়িতে জল চড়াইয়া দাও। জল ফুটিতে থাকিবে আর ডাল ছাড়িবে। তারপরে হলুদ-বাঁটা, দারচিনি ও একখানি তেজপাতা দাও। প্রায় তিন কোয়ার্টার পরে ডাল সিদ্ধ হইলে ডাল ঘুঁটুনি দিয়া ডাল ঘুঁটিয়া দাও। তারপরে তিনটী কাঁচালঙ্কা আস্ত দাও আর তিনটী কাঁচালঙ্কা চিরিয়া দাও। নুন দাও। আরো দু তিন ফুট ফুটিলে পর দুধে চিনি ও জীরামরিচ-বাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। আরো মিনিট পাঁচ পরে হাঁড়ি নামাইয়া ডাল ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়ি ধুইয়া চড়াও। হাঁড়ির জলটুকু মুছিয়া তাহাতে ঘি দাও। দুখানি তেজপাতা আস্ত ছাড়। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে জীরা ছাড়। জীরার ফুটফুট আওয়াজ থামিয়া গেলে পর ভিজান হিংটুকু আঙ্গুলে করিয়া গুলিয়া লও এবং এক হাতে হিং ঢাল আর এক হাতে ডাল ঢালিয়া দাও এবং তখনি হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। তারপরে মিনিট দুই পরেই ডাল নামাইয়া ফেল।

৩৭৪। থোড় ও কাঁটালবিচি দিয়া অরহর ডাল।

উপকরণ।—অরহর ডাল আধ সের, জল দেড় সের, কাঁচালঙ্কা পাঁচটা, হলুদ দু গিরা, দুধ এক ছটাক, চিনি আধ কাঁচ্চা, জীরামরিচ আধ তোলা, জীরা দুয়ানি ভর, তেজাপাতা তিন খানা, হিং চার রতি, ঘি এক ছটাক, নুন প্রায় এক তোলা, থোড় এক বিঘৎ খানেক, কাঁটাল-বিচি দশটা। সরিষা তেল এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—অরহর ডালের পরিষ্কার করিয়া কাল খোসাগুলি বাছিয়া ফেল। বালি, কাঁকড়ও বাছিয়া ধুইয়া রাখ। তিনটী কাঁচালঙ্কা লম্বাদিকে চিরিয়া রাখ। হলুদ ও জীরামরিচ আলাদা আলাদা বাটিয়া রাখ।

থোড় বানাও। থোড়ের উপরের খোলা ছাড়াও। শাঁসটা পাতলা চাকা চাকা করিয়া কাট। থোড়ের প্রত্যেক চাকা বানাইবার সময় সূতার ন্যায় আঁশ বাহির হইবে, সেই গুলা তর্জ্জনী বা বুড়া আঙ্গুলে জড়াইয়া যাইবে। তারপরে চাকা-করা থোড়গুলা একত্র করিয়া চারি খণ্ডে কাট। কাঁটাল বিচির সাদা এবং লাল খোসা ছাড়াইয়া ফেল। কাঁটাল বিচিগুলা আস্ত রাখিয়া দাও। থোড় ও কাঁটালবিচি ধুইয়া রাখ। হিংটুকু একটু জলে ভিজাইয়া দাও।

একটি লোহার কড়াতে তেল চড়াইয়া দাও। তেল গরম হইলে ডাল ছাড়। খুন্তি দিয়া নাড়িয়া ডালটা কষ'। ডাল ঘোর হলদে রংএর হইয়া আসিলে নামাইবে। ডাল এই প্রকার অল্প কষিয়া লইলে ইহার হাল্‌সেটে গন্ধ চলিয়া যায়।

ছাড়িবে। ডাল ফুটিতে থাকিলে হলুদ-বাঁটা ও দু খানা তেজপাতা ছাড়িবে। হলুদ দিবার পর আরো দু তিন ফুট ফুটিলে থোড় ও কাঁটালবিচি দিবে। নুন দিয়া তারপরে হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে। মাঝে মাঝে দু একবার হাতা দিয়া নাড়িয়া দিবে। ডাল সিদ্ধ হইতে প্রায় পঁয়ত্রিশ মিনিট সময় লাগিবে। ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে দুধে চিনি ও জীরামরিচ-বাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। দু ফুট ফুটিলে তবে নামাইয়া ঢালিয়া রাখ।

হাঁড়িটী ধুইয়া আবার চড়াইয়া দাও। নেতা দিয়া হাঁড়ির ভিতরের জল মুছিয়া ফেল। হাঁড়িতে ঘি ঢাল। এক খানি তেজ-পাতা ছাড়। জীরা ফোড়ন দাও। জীরা ফুটুফুটু করিতে আরম্ভ করিলেই হিংটুকু গুলিয়া ফোড়ন দাও, এবং তখনি ডাল ঢালিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। দু তিনবার ফুটিলেই ডাল নামাইবে।

৩৭৫। ইংরাজী অরহর ডাল।

উপকরণ।—অরহর ডাল এক পোয়া, ঘি তিন কাঁচ্চা, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, আদা আধ তোলা, পেঁয়াজ তিনটী, তেজ-পাতা দু খানা, নুন প্রায় দশ আনি ভর, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—ডালগুলি প্রথমে ভাল করিয়া বাছিয়া তারপরে একটি কাপড়ে রগড়াইয়া মোছ। শুক্ন খোলায় অর্থাৎ শুধু কড়া বা তাওয়াতে ভাজ। ভাজা ভাজা গন্ধ বাহির হইলে নামাইয়া তাহাতে এক কাঁচ্চাটাক ঘি মাখিয়া রাখ।

টুকু ও পেঁয়াজ দুটী একত্রে বাঁটিয়া জলে ছাড়। জল ফুটিয়া উঠিলে ডাল ছাড়। প্রায় মিনিট পঁচিশ পরে ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে এক পোয়াটাক গরম জল ঢালিয়া ডালটাকে একটু পাতলা করিয়া লও। ডাল-ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিয়া দাও। এখন আরো তিন চার ফুট ফুটিতে দাও। তারপরে ডাল নামাও।

হাঁড়িতে প্রায় আধ ছটাক ঘি চড়াও। তেজপাতা, শুক্নালঙ্কা ও একটি পেঁয়াজ কুঁচাইয়া ফোড়ন দাও। পেঁয়াজ আধ-ভাজা হইলেই ডাল সাঁতলাইবে।

৩৭৬। মাড় অরহর ডাল।

উপকরণ।—বড় অরহর ডাল এক পোয়া, ভাতের ফেন এক সের, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, পেঁয়াজ পাঁচটা, নুন প্রায় পোন তোলা, জীরা দুয়ানি ভর, ঘি আধ পোয়া, দারচিনি আধ তোলা, তেজপাতা দু খানা।

প্রণালী।—হলুদ, একটি শুক্নালঙ্কা, দুটী পেঁয়াজ মিহি করিয়া বাঁটিয়া রাখ। তিনটী বড় পেঁয়াজ খোসা ছাড়াইয়া আস্ত রাখ।

এক ছটাক ঘি চড়াও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইতে থাকিলে বাঁটা মশলা ছাড়িয়া দাও। পাঁচ মিনিট মশলাটা কষিয়া ডাল ছাড়। তিন মিনিট ডালটা নাড়িয়া এক সের ভাতের ফেন ঢালিয়া দাও। তেজপাতা ও দারচিনি ডালে ছাড়। প্রায় মিনিট কুড়ি পরে ডাল আধ-সিদ্ধ রকম হইয়া আসিলে নুন এবং আস্ত পেঁয়াজ দিবে। আরো মিনিট বার পরে বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিলে ডাল

এইবারে আর একটি হাঁড়ি চড়াও। অবশিষ্ট এক ছটাক ঘি চড়াও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে লঙ্কা দুটি ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। লঙ্কা ঈষৎ ভাজা ভাজা হইলে জীরা ফোড়ন দিবে। জীরার ফুট্‌ফুট্ শব্দ আরম্ভ হইলে পর ডাল সম্বরাইবে। তিন চার মিনিট ফুটিলে পর নামাইবে।

৩৭৭। বড় অরহরের ডালকারী।

উপকরণ।—বড় অরহর ডাল এক সের, ঘি দেড় পোয়া, তেজপাতা দু খানা, জীরা দুয়ানি ভর, হিং চার রতি, গোটাধনে প্রায় আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা চারিটা, বড় হলুদ দেড় গিরা, জীরামরিচ সিকি তোলা, নুন প্রায় দেড় তোলা, চিনি প্রায় এক তোলা, দুধ আধ পোয়া, গরম জল দু সের।

প্রণালী।—অরহর ডালগুলি আনিয়া আগে হইতেই কাঁড়িয়া, ঝাড়িয়া, বাছিয়া রাখিবে। রাঁধিবার আধঘন্টা পূর্ব্বে ভাল করিয়া ধুইয়া একটি চালুনি বা কুলায় বিছাইয়া দিয়া একবার রৌদ্রে দিবে। জলটা শুকাইয়া ডাল ঝরঝরে হইয়া যাক্। ধনে, হলুদ ও লঙ্কা পিষিয়া রাখ। জীরামরিচ আলাদা পিষিয়া রাখ। জল গরম করিয়া রাখ। হিংটুকু এক কাঁচ্চা জলে ভিজাইয়া দাও।

হাঁড়িতে দেড় পোয়া ঘি চড়াও। তেজপাতা ছাড়। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে জীরা ফোড়ন দাও। জীরাগুলি ফুট্‌ফুট্ করিতে আরম্ভ করিলেই ভিজান হিং আঙ্গুল দিয়া গুলিয়া ঘিয়ে ঢালিয়া দাও। সঙ্গে সঙ্গে ডালগুলিও ঢালিয়া খুন্তি দিয়া নাড়িতে

থাক। প্রায় মিনিট সাত আট ধরিয়া ডাল কষিলে পর ডালের ঈষৎ লাল্চে রং হইয়া আসিবে, তখন পেষা ধনে, হলুদ ও লঙ্কা ছাড়িবে। আবার খুন্তি দিয়া নাড়িয়া কষিতে থাক। বেশ ভাজা ভাজা গন্ধ বাহির হইলে দেড় সের কিম্বা সাত পোয়া আন্দাজ গরম জল ঢালিয়া দিবে (ডাল বুঝিয়া জল দিতে হইবে)। নুন দিবে। প্রায় আধ ঘণ্টা পরে ক্রমে জল মরিয়া আসিলে এবং ডালও বেশ ফাটা-ফাটা হইয়া আসিতেছে দেখিলে দুধে জীরামরিচ-বাঁটা ও চিনি গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। দুইবার ফুটিলেই নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত লুচি সবেতেই খাইতে ভাল লাগে।

৩৭৮। আলু অথবা ওলকপি বা সালগম দিয়া অরহর ডাল।

প্রণালী।—আলু অথবা ওলকপি বা সালগম দিয়া অরহর ডাল রাঁধিতে হইলে অরহর ডাল কষিয়া রাঁধিতে হইবে। ঠিক বড় অরহরের ডালকারীর মত রাঁধিতে হইবে। যখন ডালে জল দিবে সেই সময় তরকারী ছাড়িবে। ওলকপি বা শালগম ডুমা ডুমা করিয়া কাটিবে। আলু আধ খানা করিয়া কাটিবে।

৩৭৯। ইঁচড় দিয়া অরহর ডাল।

—ঞ—

উপকরণ।—বড় অরহর ডাল এক পোয়া, গরম জল এক সের, তেজপাতা দুখানি, হলুদ এক গিরা, ধনে আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা দুটি, ছোট এলাচ দুটি, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ চারিটী, আদা এক তোলা, বড় পেঁয়াজ পাঁচটা, কচি ইচড় এক পোয়া, দই এক ছটাক, হিং চার রতি, ঘি আধ পোয়া, নুন প্রায় পোন তোলা, কাঁচালঙ্কা পাঁচটী।

প্রণালী।—বেশ টাট্কা দেখিয়া বড় অরহর ডাল আন। ভাল করিয়া ধুইয়া একটি কুলায় বা চালুনিতে বিছাইয়া শুকাইতে দাও।

হলুদ, ধনে, লঙ্কা, আদা ও তিনটী পেঁয়াজ একত্রে বাঁটনা বাঁটিয়া রাখ। ইচড়ের বেশ সাদা করিয়া খোলা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা আকারে বানাও। তিনটী কাঁচালঙ্কা লম্বাদিকে চিরিয়া রাখ। ভাজিবার জন্য দুটী পেঁয়াজ লম্বা দিকে কুঁচা কাটিয়া ধুইয়া রাখ। ইচড়গুলি ভাল করিয়া ধুইতে হইবে, তা না হইলে কষ্ ধরিবে—কাল হইবে। একটি কলাইকরা হাঁড়ি বা মাটীর হাঁড়িতে প্রায় আধসেরটাক্ জল দিয়া তাহাতে ইচড়গুলা সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। এক কোয়ার্টারের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে।

হিংটুকু এক কাঁচ্চাটাক জলে ভিজিতে দাও।

হাঁড়িতে সব ঘিটুকু চড়াও। প্রথমে ঘিয়ে পেঁয়াজ-কুচিগুলি মুচ্মুচে করিয়া ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ। তারপরে ঐ ঘিয়ে তেজপাতা আর গরমমশলাগুলি ছাড়িয়া দাও। গরমমশলার গন্ধ বাহির হইলে

ঢালিয়া দিয়া হাঁড়িটা একবার ঢাকিয়া দাও। মিনিট দশ খুন্তি দিয়া নাড়িয়া নাড়িয়া কষ। যখন মশলার উপরে ঘি ফাটা ফাটা হইতেছে দেখিবে, তখন ডালগুলি ছাড়িয়া দিবে। মিনিট চার ডালটাকে কষিবার পর যখন ডালের ভাজা ভাজা গন্ধ বাহির হইবে, তখন জল দিবে। সিদ্ধ ইঁচড়গুলিও এইবারে ইহাতে ছাড়িবে। কাঁচালঙ্কা ও নুন দিবে। মাঝে মাঝে নাড়িয়া দিবে। জল কমিয়া আসিলে হাঁড়ি দমে বসাইয়া দিবে। আস্তে আস্তে ফুটিয়া ডাল গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে।

পেঁয়াজ ইচ্ছামত না দিতেও পার।

৩৮০। অরহর ডালের খাজা।

উপকরণ।—পাটনাই অরহর ডাল এক পোয়া, কাঁচালঙ্কা ছয়টা, তেজপাতা চারিটা, ধনে আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা দুটি, হলুদ এক গিরা, জীরামরিচ সিকি তোলা, দুধ বা দই এক ছটাক, চিনি আধ তোলা, নুন প্রায় পোন তোলা, ঘি দেড় ছটাক, হিং চার রতি, জীরা দুয়ানি ভর, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—ধনে, শুক্নালঙ্কা, হলুদ ও জীরামরিচ একসঙ্গে পিষিয়া রাখ। হিংটুকু একটু জলে ভিজাইয়া দাও।

একটি হাঁড়িতে আধ ছটাক ঘি চড়াও। দুটি কাঁচালঙ্কা ও দুখানি তেজপাতা ছাড়। অরহর ডাল ছাড়। এইবারে ভাল করিয়া কষ। ডালের ভাজা গন্ধ বাহির হইলে আরো আধ ছটাক

ও নুনটুকু দাও। মশলাটা মিনিট সাত আট ধরিয়া বেশ ভাল করিয়া কষিয়া তিন পোয়াটাক্ গরম জল তাহাতে ঢালিয়া দাও। দুটি কাঁচালঙ্কা চিরিয়া দাও। মিনিট কুড়ির মধ্যে ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইবে।

আবার আরেকটা হাঁড়িতে আধ ছটাক ঘি চড়াও। তাহাতে তেজপাতা দু খানা এবং দুটি কাঁচালঙ্কা তিন চার টুকরা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। জীরা ফোড়ন দাও। তারপরে হিং ফোড়ন দিয়াই সমস্ত ডালটা ঢালিয়া ঘিয়ে সাঁতলাও। ডালের সব জল শুকাইয়া বেশ গাঢ় হইয়া যাইবে—শুক্‌না অথচ রসারসা থাকিবে। ডালগুলি সিদ্ধ হইয়া যাইবে অথচ অমনি আস্ত আস্ত থাকিবে। এই সবের জন্যই ইহাকে খাজা বলে।

ভোজন বিধি।—ভাত লুচি সবেতেই খাইতে ভাল লাগে।

৩৮১। ডাল পিটি।

উপকরণ।—অরহর ডাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, ময়দা এক ছটাক, হলুদ দেড় গিরা, শুক্‌নালঙ্কা দুটি, নুন প্রায় পোন তোলা, রসুন দুই কোয়া, ঘি বা তেল আধ ছটাক।

প্রণালী।—হলুদ ও শুক্‌নালঙ্কা গুঁড়া করিয়া রাখ। ময়দা অল্প জল দিয়া শানিয়া ছোট ছোট চার কোণা করিয়া কাট। রসুন ছেঁচিয়া রাখ।

উহাতে ডাল ও মশলা-গুঁড়া ছাড়। এইবারে ময়দার টিক্‌লি উহাতে ফেলিয়া দাও এবং নুন দাও। প্রায় আধ ঘণ্টা পরে ডাল বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে হাঁড়ি নামাইবে। একটি হাতাতে তেল বা ঘি দিয়া রসুন ছুঁকিয়া ডাল হাতা-পোড়া করিয়া সম্বরাও।

৩৮২। হিন্দুস্থানী ডাল।

উপকরণ।—অরহর ডাল এক পোয়া, ঘি এক পোয়া, গোটা ধনে এক তোলা, শুকালঙ্কা দশটা, জীরামরিচ সিকি তোলা, জীরা দুয়ানি ভর, হিং চার রতি, জল দেড় সের, হলুদ দু গিরা, নুন প্রায় পোন তোলা, নেবু দুটি।

প্রণালী।—অরহর ডালের কাল খোসা সব বাছিয়া সাদা করিয়া ফেল। ধুইয়া রাখ।

তিন আনি ভর ধনে ফোড়নের জন্য রাখিয়া বাকী সব ধনে, চারিটা শুকালঙ্কা ও জীরামরিচগুলি একে একে কাঠখোলায় চমকাইয়া লও। পরে ফাঁকি কর। হলুদ গুঁড়াইয়া ফাঁকি কর।

একটি হাঁড়িতে দেড় সের জল চড়াও। মিনিট দশ পরে জল গরম হইলে ডাল ছাড়। মিনিট পনের পরে ফাঁকি-করা গুঁড়া মশলা দাও। আরো মিনিট পনের পরে বেশ ভাল করিয়া সিদ্ধ হইয়া গেলে এক ছটাক খানেক কাঁচা ঘি ইহাতে ঢালিয়া দাও। নেবুর রস দাও। হাঁড়ি নামাও।

শুক্নালঙ্কা দু তিন টুকরা করিয়া ছিঁড়িয়া দাও। সবশেষে আস্ত হিংটুকু দিবে। হিং যেমন ফুর্ফুর্ করিয়া উঠিবে অমনি হাঁড়ি ঢাকিয়া অথচ ডালের ভিতরে হাতা ডুবাইয়া দিয়া. হাতা-পোড়া সাঁতলাইবে।

ঠিক আহার করিতে দিবার আগে বাকী আধ পোয়া কাঁচা ঘি ইহাতে ঢালিয়া দিবে। বেশ গরম গরম খাইতে দিবে।

ভোজন বিধি।—ভাত এবং চাপাটী রুটীতে খাইতে ভাল।

৩৮৩। অরহর ডাল চাল্‌তা দিয়া।

উপকরণ।—অরহর ডাল এক পোয়া, হলুদ এক গিরা, তিন ফোড়ন দুয়ানি ভর, মৌরী সিকি তোলা, চাল্‌তা আট টুকরা, শুক্না-লঙ্কা দুইটা, সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, নুন প্রায় দশ আনি ভর, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—হলুদটুকু আর একটি শুক্নালঙ্কা একত্রে পিষিয়া রাখ। মৌরীগুলি আলাদা বাটিয়া রাখ। চাল্‌তা ছেঁচিয়া রাখ।

হাঁড়িতে জল চড়াও। জল গরম হইলে পর ডাল ছাড়। ডাল ফুটিতে আরম্ভ হইলে হলুদ আর লঙ্কা-বাঁটা দাও। হাঁড়ি ঢাক। ডালের তিন ভাগ সিদ্ধ হইয়া আসিলে চাল্‌তা ছাড়িবে। নুন দিবে। প্রায় মিনিট পনের সিদ্ধ হইলে হাঁড়ি নামাইবে।

আর একটি হাঁড়িতে তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে জলের ছিটা মারিয়া দেখিবে তেল ঠিক হইয়াছে কি না।

লঙ্কার রং ঘোর হইয়া আসিলে তিন ফোড়ন দিবে। ফোড়নের ফট্‌ফট্‌ শব্দ হইতে থাকিলে আলটা ঢালিয়া দিয়া সাঁতলাইবে। হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে। নিমিট দুই পরে মৌরী-বাঁটা ডালের ঝোল দিয়া গুলিয়া ডালে ঢালিয়া দিয়াই ডাল নামাইবে।

ছোলার ডাল।

ছোলার ডাল দুই রকম হয়। বড় পাটনাই ছোলার ডাল আর ছোট দিশি ছোলার ডাল। ডালকারী রাঁধিতে হইলে বড় ছোলার ডাল ভাল। আর পাতলা ডাল রাঁধিতে হইলে দিশী ছোলার ডাল ভাল হইবে।

চণক যূষ গুণ।—

"মধুরঃ কষায়ঃ কফঘ্নঃ বাতবিকারকরঃ
শ্বাসোর্দ্ধকাসপীনসঘ্নঃ বলদীপনশ্চ।"

৩৮৪। পাতলা ছোলার ডাল।

উপকরণ।—ছোলার ডাল আধ সের, জল দেড় সের, দারচিনি আধ তোলা, শুষ্কালঙ্কা তিনটা, হলুদ দু গিরা, জীরামরিচ এক তোলা, হিং চার রতি, ঘি এক ছটাক, আলু সাতটী, নুন প্রায় এক তোলা, দুধ আধ পোয়া, চিনি এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—টাট্‌কা ছোলার ডাল আনিয়া বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

একটি শুক্নালঙ্কা আর হলুদ একত্রে বাঁটিয়া রাখ। জীরামরিচ আলাদা বাঁটিয়া রাখ। আলুর খোসা ছাড়াইয়া অর্দ্ধেক করিয়া কাট।

হাঁড়িতে জল চড়াইয়া দাও। জল ফুটিতে থাকিলে ডাল ছাড়। দারচিনি এবং দুখানি তেজপাতা ছাড়। প্রায় আধ ঘণ্টা পরে ডাল প্রায় তিন ভাগ সিদ্ধ হইয়া আসিলে ডাল-ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিয়া দিবে। তারপরে আলু ও নুন দিবে। আরো মিনিট পনের পরে আলু সিদ্ধ হইয়া গেলে দুধে জীরামরিচ-বাঁটা ও চিনিটুকু গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। দুই ফুট ফুটিলে নামাইবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি ঢাল। একটি তেজপাতা ও দুটি শুক্নালঙ্কা দু তিন টুকরা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে জীরা ফোড়ন দাও। হিং ছাড়। হিং ফুর্‌ফুর্‌ করিতে থাকিলেই ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও।

৩৮৫। নেবুদিয়া ছোলার ডাল।

উপকরণ।—ছোলার ডাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, হলুদ এক গিরা, কাঁচালঙ্কা আটটী, পেঁয়াজ তিনটী, ঘি এক ছটাক, নুন প্রায় দশ আনি ভর, মৌরী দুয়ানি ভর, রসাল পাতি নেবু দুটি।

প্রণালী।—হাঁড়ি করিয়া জল গরম করিতে দাও। হলুদ বাঁটিয়া রাখ। কাঁচালঙ্কা চার পাঁচটী চিরিয়া রাখ। পেঁয়াজ লম্বাদিকে কুঁচাইয়া রাখ। ডাল বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

জল গরম হইলে হাঁড়িতে তিন পোয়া জল রাখিয়া বাকী গরম

জল একটি পাত্রে রাখিয়া দাও। হাঁড়িতে ডাল ছাড়। মিনিট পনের পরে ডালে হলুদ দাও। কাঁচালঙ্কা দাও। আরো কুড়ি মিনিট পরে ডাল ভাল করিয়া সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাও।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি দাও। পেঁয়াজ ছাড়। পেঁয়াজ লাল করিয়া ভাজা হইলে উঠাইয়া মৌরী ফোড়ন দিয়া ডালটাকে সাঁতলাও। তারপরে নেবুর রস দাও। দু একবার ফুটিলেই নামাইবে।

৩৮৬। ছোলার ডালের কারী।

উপকরণ।—ছোলার ডাল এক পোয়া, পেঁয়াজ চারিটা, শুক্না-লঙ্কা তিনটী, আদা আধ তোলা, হলুদ এক গিরা, দই দেড় ছটাক, কাঁচালঙ্কা চারিটা, নুন প্রায় দশ আনি ভর, ঘি আধ পোয়া, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—পেঁয়াজ, শুক্নালঙ্কা, আদা, হলুদ একত্রে পিষিয়া রাখ। কাঁচালঙ্কা একটি চিরিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে প্রথমে ডাল সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। প্রায় মিনিট কুড়ি পঁচিশ পরে ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে ডাল ও জল আলাদা করিয়া ফেল। এই জল পরে কাজে লাগিবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া দেড় ছটাক ঘি দাও। বাঁটা মশলা ছাড়। মিনিট দশ মশলা কষিয়া দই দাও। এবারে বেশ লাল করিয়া কষ। মিনিট ছয় সাত পরে মশলা বেশ লাল হইয়া আসিলে ডাল ছাড়। এইবারে দু তিনবার নাড়া চাড়া করিয়া [illegible]

দাও। কাঁচালঙ্কা ছাড়। নুন দাও। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাও। তারপরে আর একটি হাঁড়িতে আধ ছটাক ঘি দিয়া তাহাতে একটু চিনি দাও। খুন্তি দিয়া নাড়িয়া চিনিটা লাল কর। কাল্‌চে রং হইয়া আসিলে তাহাতে আধ পোয়া জল দিবে। জলটা ফুটিয়া উঠিলে, যে হাঁড়িতে সিদ্ধ ডালগুলা আছে উহা সেই ডালের উপর ঢালিয়া দিবে। ডালটা দু এক ফুট ফুটাইয়া নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচি ভাত দুয়েতেই চলিতে পারে।

৩৮৭। ছোলার ডালের দুধে মালাইকারী।

উপকরণ।—টাট্‌কা বড় ছোলার ডাল এক পোয়া, জল তিন পোয়া, তেজপাতা তিনটী, আদা এক তোলা, পেঁয়াজ ছয়টা, হলুদ দেড় গিরা, ধনে আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা-বাঁটা তিনটী, দই এক ছটাক, মালাই এক ছটাক, ছোট এলাচ দুটি, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ তিনটী, ঘি আধ পোয়া, নুন প্রায় পোন তোলা, কাঁচালঙ্কা পাঁচটী।

প্রণালী।—বেশ টাট্‌কা দেখিয়া বড় বড় ছোলার ডাল আন। অধিক দিনের পুরাতন ডাল হইলে সিদ্ধ হইতে দেরী হয়, আবার অনেক সময় সিদ্ধ হয়ও না। ডাল বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

হাঁড়িতে তিন পোয়া জল দিয়া ডাল সিদ্ধ করিতে চড়াও। ডাল সিদ্ধ করিতে চড়াইবার পর প্রথম প্রথম দু একবার হাতা কি কাটি দিয়া নাড়িয়া দিবে। তারপরে আর বেশী নাড়িতে হইবে না। মিনিট কুড়ি পরে ডাল বেশ সিদ্ধ হইলে, ডাল ও ডালের জল

আলাদা আলাদা করিয়া রাখিবে। এই জলটাও পরে দরকারে লাগিবে।

এইবারে হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে আধ পোয়া ঘি দাও। তেজপাতা ও গরম মশলাগুলি ছাড়। ঘিয়ের দাগ দেওয়া হইলে মশলাবাঁটা, দইটুকু ও মালাই ছাড়। খুব কষ। যখন মশলাটা ঘিয়ের উপরে ভাসিতেছে দেখিবে, তখন সিদ্ধ ডালগুলি ছাড়িবে। হাতা দিয়া দু চারবার নাড়া চাড়া করিয়া ডালের জলটা উহাতে ঢালিয়া দিবে। এই সঙ্গে আস্ত পেঁয়াজ দুটির কেবল উপরের খোসাটী মাত্র ছাড়াইয়া ডালের মধ্যে ছাড়িবে। নুন আর কাঁচালঙ্কাগুলি ছাড়িবে। হাঁড়ির মুখ ভাল করিয়া ঢাকিয়া দমে বসাইয়া দাও। আস্তে আস্তে ফুটিয়া গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত লুচি দুয়েতেই খাওয়া চলিবে।

৩৮৮। ছোলার ডালের পোরো।

উপকরণ।—বড় ছোলার ডাল এক পোয়া, জল তিন পোয়া, মাখন-মারা ঘি এক ছটাক, তেজপাতা দুখানি, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ দুটি, ছোট এলাচ একটি, আদা আধ তোলা, নুন আধ তোলা, কাঁচালঙ্কা তিনটী।

প্রণালী।—টাট্‌কা এবং বেশ বড় দেখিয়া ছোলার ডাল আনিয়া ভাল করিয়া বাছিয়া ধুইয়া লও। তিন পোয়া জল দিয়া ডালগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। এক খানি তেজপাতাও ছাড়। ডাল

র'শ"। এইবারে হাঁড়িতে ঘি চড়াও। ঘিয়ে একটী তেজপাতা ছা.। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইতে থাকিলৈ গরম মশলাগুলি ছাড়িবে। গরম মশলার গন্ধ বাহির হইলে ডাল ছাড়িবে ও নুন, কাঁচালঙ্কা-কুচি দিবে। পাঁচ সাত মিনিট নাড়া চাড়া করিয়া উহাতে এক পোয়াটাক ডালের জল দিবে এবং আদা-কুচি দিবে। ক্রমে জল মরিয়া গেলে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত এবং লুচি দুয়েতেই খাওয়া চলে।

৩৮৯। ছোলার ডালের পোরো।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

প্রণালী।—মুগের ডালের পোরোর মত করিয়া ছোলার ডালের পোরোও করিতে পারা যায়। *

৩৯০। সিজিয়া ছোলার ডাল।

উপকরণ।—ছোলার ডাল এক পোয়া, নুন প্রায় দশ আনি ভর, গোলমরিচ গুঁড়া প্রায় ছয়আনি ভর, ভাল গাওয়া ঘি আধ পোয়া, জল আড়াই পোয়া, নেবু একটি।

প্রণালী।—হাঁড়িতে জল দিয়া আগে ছোলার ডালগুলি সিদ্ধ

---

* [illegible]

করিতে চড়াও। পঁচিশ মিনিটের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে এবং সঙ্গে সঙ্গে ইহার জলও মরিয়া কেবল রসা-রসা থাকিলে নুন ও গোলমরিচ-গুঁড়া দিবে। নেবুর রস দিয়া নামাইবে। তারপরে উপরে ঘি ঢালিয়া দিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি দুয়েতেই খাওয়া চলিবে।

মসুর ডাল।

মসুর ডাল দুই রকম হয়। খাড়া মসুর আর ভাঙ্গা মসুর। গোটা মসুরকে খাড়া মসুর বলে। আর মসুর ভাঙ্গিলেই তাহাকে ভাঙ্গা মসুর বলা যায়। খাড়া মসুর খাইতে ভাল। ভাঙ্গা মসুর ডাল তত ভাল লাগে না। মসুর ডাল অনেক রকমে রাঁধা যায়। কিন্তু টক দিয়া মসুর ডাল রাঁধিলে সব চেয়ে খাইতে ভাল হয়।

গুণাগুণ।—মধুরঃ শীতলঃ সংগ্রাহী কফপিত্তঘ্নঃ।
বাতরোগকরঃ মূত্রকৃচ্ছ্রহরঃ লঘুশ্চ॥ (রাজ নিঘণ্টু।)

৩৯১। উচ্ছে দিয়া মসুর ডাল।

উপকরণ।—মসুর ডাল এক পোয়া, উচ্ছে দশটী, হলুদ এক গিরা, সরিষা তেল এক ছটাক, সরিষা দুয়ানি ভর, শুকালঙ্কা একটি, আদা এক তোলা, জল এক সের, নুন প্রায় দশ আনি ভর।

প্রণালী।—উচ্ছে লম্বা চারটুকরা করিয়া কাট, ধুইয়া রাখ।

হলুদ পিষিয়া রাখ। একটু আদা কুঁচাইয়া রাখ। বাকী আদাটুকু ছেঁচিয়া রাখ।

প্রথমে একটি কড়ায় আধ ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে উচ্ছাগুলি ছাড়। মিনিট চার পাঁচ কষিয়া কড়া নামাইয়া রাখ।

এইবারে হাঁড়িতে জল দিয়া ডাল ছাড়। মিনিট দশ পরে ডাল ফুটিয়া উঠিলে হলুদ-বাঁটা দাও। আদা-কুঁচি দাও। মিনিট পাঁচ সাত পরে ডাল আধ-সিদ্ধ হইয়া আসিলে উচ্ছাগুলি ছাড়। নুন দাও। তারপরে হাতা দিয়া বারংবার ঘাঁটিয়া দাও, তাহা হইলে ডালে জলে মিশিয়া যাইবে। তারপরে ডাল নামাইবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে তেল দাও। শুক্‌নালঙ্কা ভাজিয়া ফোড়ন দাও। সরিষা ফোড়ন দাও। উহাতে ডাল ঢালিয়া ডালটা সাঁতলাও। আবার হাতা দিয়া দু তিনবার নাড়া চাড়া করিয়া নামাইয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইচ্ছামত শুক্তানির পরিবর্ত্তে এই তিত ডাল খাইতে পার।

৩৯২। মূলা দিয়া মসুর ডাল।

উপকরণ।—মসুর ডাল এক পোয়া, কচি মূলা আধখানা, হলুদ এক গিরা, ধনে আধ তোলা, শুক্‌নালঙ্কা তিনটী, জীরামরিচ সিকি তোলা, নুন প্রায় পোন তোলা, জীরা দুয়ানি ভর,* তেজপাতা দু খানা, ঘি বা খাঁটি সরিষার তেল এক ছটাক, জল এক সের।

প্রণালী।—মূলার খোসা ছাড়াইয়া আটটুকরা করিয়া বানাও।

হলুদ পিষিয়া রাখ। ধনে ও দুটি শুক্নালঙ্কা, পিষিয়া রাখ। জীরা-মরিচ বাঁটিয়া রাখ।

হাঁড়িতে জল চড়াইয়া তাহাতে মসুর ডাল ছাড়। ফুটিয়া উঠিলে হলুদ ও মূলা ছাড়। প্রায় মিনিট পনের পরে মূলা ও ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে ধনে ও শুক্নালঙ্কা-বাঁটা দিবে। নুন দিবে। তিন চার ফুট ফুটিলেই নামাইবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি বা তেল ছাড়। তেজপাতা ও একটি শুক্নালঙ্কা দু তিন টুকরা করিয়া ভাঙ্গিয়া ছাড়। জীরা ফোড়ন দাও। এইবারে এই হাঁড়িতে ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও। শেষে জীরামরিচ-বাঁটাটুকু ঢালিয়া একটু ডালের জলে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। দু তিন ফুট ফুটিলে নামাও।

৩৯৩। শালগম বা ওলকপি দিয়া মসুর ডাল।

মূলার পরিবর্ত্তে সালগম বা ওলকপি দিয়া মসুর ডাল রাঁধিলেও বেশ হয়। তবে এগুলি একবার ভাপাইয়া উহার জলটা গালিয়া ফেলিতে হইবে।

৩৯৪। সজিনা শাক দিয়া মসুর ডাল।

উপকরণ।—কচি সজিনাশাক দুই আঁচলা, মসুর ডাল এক পোয়া, হলুদ দু গিরা, শুক্নালঙ্কা তিনটা, রসুন তিন কোয়া, পাঁচ

তোলা, জল তিন পোয়া, ধনে সিকি তোলা, জীরামরিচ আধ তোলা।

প্রণালী।—হলুদ, ধনে, দুটি শুক্নালঙ্কা, জীরামরিচ এই মশলাগুলি পিষিয়া রাখ। রসুন ছেঁচিয়া রাখ।

একটি কড়াতে আধ ছটাক তেল চড়াও। তাহাতে বাঁটা মশলা ছাড়। মিনিট চার পাঁচ কষিয়া শাকগুলি ছাড়। দু তিনবার নাড়া চাড়া করিয়া নামাও।

এবারে হাঁড়িতে জল দিয়া ডাল চড়াও। মিনিট পনেরর ভিতরে ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে মশলায় কষা শাকগুলা সবশুদ্ধ ইহাতে ঢালিয়া দাও। নুন দাও। হাতা করিয়া ঘন ঘন নাড়িয়া বেশ মিশাইয়া ফেল। হাঁড়ি নামাও।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে আধ ছটাক তেল ঢালিয়া দাও। একটি শুক্নালঙ্কা ভাঙ্গিয়া দাও। পাঁচ ফোড়ন ছাড়। রসুন ছুঁকিয়া তারপরে উহাতে ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও।

৩৯৫। বাঙ্গলা মসুর ডাল।

উপকরণ।—মসুর ডাল এক পোয়া, দুধ এক ছটাক, কাঁচালঙ্কা আটটা, আদা আধ তোলা, ঘি এক ছটাক, জল এক সের, নুন পোন তোলা।

প্রণালী।—কাঁচালঙ্কা ছয়টী পিষিয়া রাখ। আদা ও দুটি কাঁচালঙ্কা কুঁচাইয়া রাখ।

সিদ্ধ ডাল হইয়া গেলে দুধে কাঁচালঙ্কা-বাটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও এবং নুন দাও। হাতা করিয়া ঘাঁটিয়া দাও। তিন চার ফুট ফুটিবার পর নামাও।

আবার হাঁড়িতে ঘি চড়াও। আদা ও কাঁচালঙ্কা-কুচি ফোড়ন দাও। তাহাতে ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি, রুটী সবেতেই খাওয়া চলে।

৩৯৬। মসুর ডালের পোরো।

প্রণালী।—মুগের ডালের পোরোর মত হইবে। আরো ছোলার ডালের পোরোর মতও করিলে বেশ হইবে।

৩৯৭। মসুর ডাল চড়চড়ী।

প্রণালী।—মুগের ডালের চড়চড়ীর মত হইবে। *

৩৯৮। মসুর ডালের মালাই ডাল চড়চড়ী।

উপকরণ।—খাঁড়ি মসুর এক পোয়া, ঘি এক ছটাক, সাজীরা সিকি তোলা, নারিকেল দুটি, কাঁচালঙ্কা ছয়টী, শুকালঙ্কা দুটি, হলুদ

দেড় গিরা, নুন প্রায় দশ আনি ভর, গরম জল আধ সের, তেজ-পাতা দুই খানা।

প্রণালী।—নারিকেল দুটি কুরিয়া তারপরে কাপড়ে ছাঁকিয়া দুধ বাহির কর। তারপরে ঐ ছিবড়াতে আধ সের জল মাখিয়া আবার ছাঁকিয়া বাকী দুধটা বাহির করিয়া লও। কাঁচালঙ্কাগুলি চিরিয়া রাখ। হলুদ ও শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে নারিকেলের জলীয় দুধ ঢালিয়া তাহাতে ডাল ছাড়। দুখানা তেজপাতা দাও। ডাল ফুটিতে থাকিলে হলুদ ও লঙ্কা-বাঁটা দাও। ক্রমে জল মরিয়া আসিলে নারিকেলের খাঁটি দুধটা ঢালিয়া দাও। কাঁচালঙ্কাগুলি ছাড়িয়া নুন দাও। ক্রমে ডালের জল শুকাইয়া আসিলে অল্প জল থাকিতেই নামাইবে।

আবার ঘি চড়াও। ঘিয়ে সা-জীরা ফোড়ন দিয়া তাহাতে ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও।

ডাল বাসনে সাজাইয়া দিবার সময় ইচ্ছা করিলে ভাজা পেঁয়াজ ডালের উপরে সাজাইয়া দিতে পার।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, রুটী সবেতেই খাওয়া চলে।

৩৯৯। মসুর্‌ডালের ডালকারী।

উপকরণ।—মসুর ডাল এক পোয়া, পেঁয়াজ আধ পোয়া, হলুদ এক গিরা, আদা এক তোলা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, ঘি এক ছটাক, ছোট এলাচ দুটী, লঙ্গ তিনটী, দারচিনি সিকি তোলা, জল সাড়ে তিন পোয়া, তেঁতুল দু ছড়া, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—ডালগুলি বাছিয়া ধুইয়া লও। এক ছটাক পেঁয়াজ ভাজিবার জন্য কুঁচাইয়া রাখ। আর অবশিষ্ট পেঁয়াজগুলি, আদা, লঙ্কা ও হলুদ সব একত্রে বাঁটিয়া রাখ। তিন পোয়া জল গরম কর।

একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। পেঁয়াজ-কুচিগুলি ঘিয়ে ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ। ঐ ঘিয়ে গরমমশলা ফোড়ন দাও। গরমমশলার গন্ধ বাহির হইলে বাঁটনা মশলা ছাড়িয়া দাও। বেশ লাল করিয়া দশ মিনিট কষ। তারপরে ডাল ছাড়। মিনিট তিন ডাল নাড়া চাড়া করিয়া গরমকরা জলটা ঢালিয়া দাও। নুন দাও। পনের মিনিট পরে যখন দেখিবে ডাল প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে, তখন ডাল-ঘুঁটুনি দিয়া ঘাঁটিয়া দিবে। তারপরে আধ পোয়া জলেতে তেঁতুল গুলিয়া তাহার ছিবড়াগুলি ফেলিয়া মাড়িটা ডালে ঢালিয়া দিবে। প্রায় দশ মিনিট ফুটিলে পর পেঁয়াজ-ভাজাগুলি হাতে করিয়া গুঁড়াইয়া ডালের উপরে ছড়াইয়া দিবে এবং একবার হাঁড়ি হিলাইয়া লইয়া নামাইয়া রাখিবে।

৪০০। টক মসুর ডাল।

উপকরণ।—মসুর ডাল এক পোয়া, জল একসের, বড় পেঁয়াজ একটি, কাঁচালঙ্কা, ছয়টী, হলুদ দেড় গিরা, নূতন তেঁতুল দু'ছড়া, আদা আধ তোলা, নুন প্রায় দশ আনি ভর।

প্রণালী।—মসুর ডালগুলি পরিষ্কার করিয়া বাছিয়া ধুইয়া ফেল। হলুদটুক বাঁটিয়া লও। একসের জল গরম করিয়া রাখ।

পেঁয়াজ কুঁচাইয়া রাখ। আদা চাকা চাকা করিয়া কাট। কাঁচালঙ্কা চিরিয়া রাখ।

একটি হাঁড়ি করিয়া তিন পোয়া গরম জলে ডালগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াও। ডাল ফুটিয়া উঠিলে হলুদ-বাঁটা, পেঁয়াজ-কুচি, কাঁচালঙ্কা ও আদা ছাড়। প্রায় মিনিট পনের পরে যখন দেখিবে ডাল বেশ সিদ্ধ হইয়া গিয়াছে, তখন নুন দিবে। সেই সঙ্গে তেঁতুল জলে গুলিয়া তাহার মাড়িটাও ঢালিয়া দিবে। সাত আট মিনিট ফুটিলে পর নামাইবে। মাঝে মাঝে হাতা দিয়া ডালটা খুব ঘাঁটিয়া দিতে হইবে। টক ডাল কাঠের হাতা দিয়া নাড়া ভাল। সময় প্রায় পঁচিশ মিনিট।

৪০১। পাকা তেঁতুল দিয়া মসুর ডাল।

উপকরণ।—মসুর ডাল এক পোয়া, জল সাড়ে তিন পোয়া, পাকা তেঁতুল এক কাঁচ্চা, পেঁয়াজ দুইটা, নুন প্রায় এক তোলা, সরিষা তেল আধ ছটাক, শুকালঙ্কা তিনটী।

প্রণালী।—পাকা তেঁতুল আধ পোয়া জলে ভিজাইয়া তাহার ছিবড়া ফেলিয়া দাও। পেঁয়াজ দুটী কুঁচাইয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে জল দিয়া মসুর ডাল চড়াও। মিনিট পনেরর ভিতর সিদ্ধ হইয়া গেলে ডালটা ঘুঁটুনি দিয়া খুব ঘুঁটিয়া মোলায়েম কর। তারপরে ইহাতে নুন আর তেঁতুলের মাড়ি দাও। দু'এক ফুট ফুটিলে নামাও।

দাও। তারপরে পেঁয়াজ ফোড়ন দিয়া তাহাতে ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও।

৪০২। চাল্‌তা দিয়া মসুর ডাল।

উপকরণ।—মসুর ডাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, পেঁয়াজ তিনটা, আদা আধ তোলা, হলুদ দু গিরা, শুক্কালঙ্কা চারিটী, চাল্‌তা আট দশ টুকরা, কাঁচালঙ্কা পাঁচটা, নুন প্রায় পোন তোলা, সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, রসুন দু কোয়া, পাঁচ ফোড়ন দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—পেঁয়াজ লম্বা দিকে মোটা মোটা করিয়া কাট। আদা চাকা চাকা কর। দু গিরা হলুদ, দুটি শুক্কালঙ্কা পিষিয়া রাখ। চাল্‌তা অল্প ছেঁচিয়া রাখ।

হাঁড়িতে একসের জল চড়াও। জল ফুটিয়া উঠিলে মসুর ডাল ধুইয়া ইহাতে ছাড়িয়া দাও। মশলা-বাঁটা আদা ও পেঁয়াজ-কুচি ছাড়। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। প্রায় মিনিট পনের পরে ডাল সিদ্ধ হইয়া গেলে ডাল-ঘুঁটুনি দিয়া ঘাঁটিয়া তাহাতে চাল্‌তা ছাড়। হাঁড়ি ঢাকা দাও। মিনিট পাঁচ পরে কাঁচালঙ্কা চিরিয়া ফেলিয়া দাও। এক পোয়া আন্দাজ জল ও নুনটুকু দাও। মিনিট দশ পরে চাল্‌তা বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাও।

আবার হাঁড়িতে তেল চড়াও। দুই কোয়া রসুন, দুটি শুক্কালঙ্কা ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও, আর পাঁচ ফোড়ন ছাড়। ইহার বেশ সুবাস বাহির হইলে তেলেতে ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও। মিনিট দুই পরে হাঁড়ি নামাও।

৪০৩। চাল্‌তা দিয়া মসুর ডাল।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

উপকরণ।—মসুর ডাল আধ সের, পাকা বড় চাল্‌তা একটি, হলুদ দু গিরা, শুক্নালঙ্কা চারিটা, সরিষা সিকি তোলা, গুড় দেড় তোলা, নুন প্রায় দেড় তোলা, সরিষা তেল এক ছটাক, পাঁচফোড়ন দুয়ানি ভর, জল সাত পোয়া।

প্রণালী।—হলুদ ও শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে সাত পোয়া জল চড়াও। জল ফুটিয়া উঠিলে তিন পোয়াটাক জল ঢালিয়া একটি পাত্রে রাখিয়া দাও। এবারে হাঁড়িতে ডাল ছাড়। মিনিট পনের পরে চাল্‌তাগুলি ছেঁচিয়া ডালে ছাড়। হলুদ ও লঙ্কা-বাঁটা দাও। ফুটিয়া উঠিলে হাতা দিয়া ডাল খুব ঘাঁটিয়া দাও। আরো তিন পোয়া জল উহাতে মিশাও। নুনটুকু ও গুড়টুকু মিশাইয়া দাও। ডালে জলে মিশিয়া যাইলে পর হাঁড়ি নামাও।

আবার হাঁড়ি চড়াও। তাহাতে সরিষা তেলটুকু ঢাল। তারপরে একটি শুক্নালঙ্কা ফোড়ন দাও। লঙ্কার রং ঘোর লাল হইলে সরিষা ও পাঁচ ফোড়ন দাও। তারপরে ডালটা উহাতে ঢালিয়া সম্বরাও।

৪০৪। বড় মটরের ডাল।

উপকরণ।—বড় মটর ডাল এক পোয়া, গরম জল পাঁচ পোয়া, ঘি দেড় ছটাক, তেজপাতা দু খানা, জীরা দুয়ানি ভর, হিং তিন রতি, গোটাধনে আধ তোলা, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা দুটি, জীরামরিচ সিকি তোলা, চিনি আধ তোলা, দুধ আধ পোয়া, নুন প্রায় দশ আনি ভর।

প্রণালী।—মটর ডালগুলি পরিষ্কার করিয়া কাঁড়িতে হইবে। যেন একটিও কাল খোসা থাকে না। তারপরে সেগুলি বাছিয়া, ধুইয়া একটি বাসনে বিছাইয়া দাও; ইহাতে ডালের জল শুকাইয়া যাইবে। হিংটুকু এক কাঁচ্চা জলে ভিজাইয়া দাও। ধনে, হলুদ ও লঙ্কা একত্রে পিষিয়া লও। জীরামরিচ আলাদা পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। ঘিয়ে একখানি তেজপাতা ছাড়িয়া দাও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে জীরা ফোড়ন দাও। জীরার যেই ফুট্‌ফুট্‌ শব্দ আরম্ভ হইবে, তখনি হিংটুকু গুলিয়া ঢালিয়া দিয়াই তারপরে ডালটা ঢালিবে। তখনি হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে, যেন ইহার ভাপটা বাহির হইয়া না যায়। তারপরে হাঁড়ির ঢাকা খুলিয়া খুন্তি দিয়া প্রায় পাঁচ সাত মিনিট ধরিয়া ডালটা নাড়া চাড়া কর। পরে পেষা ধনে, হলুদ ও লঙ্কা ইহাতে ছাড়িয়া দাও। খুন্তি দিয়া নাড়িয়া কষিতে থাক। আরো পাঁচ মিনিট কষিবার পর যখন দেখিবে বেশ ভাজা ডালের গন্ধ বাহির হইতেছে, তখন গরম জল ঢালিয়া দিবে। নুন আর একটা তেজপাতা ছাড়িবে। প্রায় চল্লিশ মিনিট

গিয়াছে, তথন দুধে চিনি এবং জীরামরিচ-বাঁটা গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দিবে। তিন চার মিনিট ফুটিবার পর নামাইবে।

কলাই ডাল।

কলাই ডাল দুই রকম হয়। মাষকলাই ও বিরি কলাই।

মাষকলাই খোসা শুদ্ধ রাখিয়া ডাল করা হয়। বিরি কলাই ধুইয়া খোসা উঠাইয়া ডাল করা হয় ইহাকেই বিউড়ির ডাল বলে। বিউড়ির ডাল অপেক্ষা মাষকলাই ডাল থাইতে ভাল লাগে। মাষ-কলাই ডাল অনেক সময় ভিজাইয়া খোসা তুলিয়াও রাঁধা হয়। মাষকলাইকে সিদ্ধ করিয়াও খোসা তোলা হয়।

গোটা কলাই বালি-খোলায় ভাজিয়া তারপরে ভাঙ্গিয়া ডাল করা হয়। ইহাই ভাঙ্গা কলাই ডাল হইল।

সময়।—কলাই ডাল সিদ্ধ হইতে প্রায় তিন কোয়ার্টার সময় লাগে।

গুণাগুণ।—

মাষযূষো গুরুর্বৃষ্যঃ কিঞ্চিৎ পিত্তপ্রকোপনঃ।
বাতাতঙ্কহরঃ কান্তে কফরোগ প্রবর্ধনঃ।
মলাধিক্য করশ্চায়ং প্রস্ফুরৎকরকঙ্কণে॥

মাষযূষ গুরু, বৃষ্য, কিঞ্চিৎ পিত্তকারক, বাতরোগনাশক, কফ-বর্দ্ধক ও মলবর্দ্ধক।

৪০৫। কাঁচা মাষকলাইয়ের ডাল।

উপকরণ।—কাঁচা মাষকলাই ডাল আধ পোয়া, শুক্নালঙ্কা দুটি, হলুদ আধ গিরা, জল আধ সের, তেজপাতা পাঁচটি, ঘি এক ছটাক, মৌরী পোন তোলা, হিং তিন রতি, আদা আধ তোলা।

প্রণালী।—দুটি শুক্নালঙ্কা আর আধ গিরা হলুদ পিষিয়া রাখ। চারিখানি তেজপাতা বাঁটিয়া রাখ। আধ তোলা মৌরী বাঁটিয়া রাখ। আদা পিষিয়া রাখ। এই সব মশলাগুলি মিহি করিয়া পিষিতে হইবে।

একটি হাঁড়িতে আধ সের জল ছড়াও। জল ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে ডাল ছাড়। হাঁড়ির মুখে একটি সরা কাৎ করিয়া ঢাকা দাও। ডালটা যত ফুটিবে ততই ডালের খোসা উপরে ভাসিয়া ভাসিয়া সরার উপরে উঠিবে; খোসাগুলি ফেলিয়া দিবে। এইরূপে ডালের খোসাগুলি উঠাইয়া ফেলিবে। ডালে লঙ্কা ও হলুদ-বাঁটা ছাড়। ফুটিয়া ফুটিয়া যখন প্রায় অর্দ্ধেক খানেক জল থাকিবে তখন অর্দ্ধেকটা তেজপাতা-বাঁটা দাও। দুবার ফুটিলে ঢালিয়া ফেল।

আবার হাঁড়িতে এক ছটাক ঘি চড়াও। একখানি তেজপাতা ও সিকি তোলা মৌরী ফোড়ন দাও। মৌরীর রং হইয়া আসিলে ডেলা হিংটুকু দিবে। খইয়ের মত হিং ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে ডালটা ঢালিয়া সাঁতলাও এবং তখনি হাঁড়ি ঢাকা দাও। হাঁড়ি নামাইয়া মৌরী, আদা ও তেজপাতা-বাঁটা দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৪০৬। কাঁচা মাষকলাইয়ের ডাল।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

—*:*—

উপকরণ।—কাঁচা মাষকলাই ডাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, হলুদ এক গিরা, চিনি আধ কাঁচ্চা, মৌরী পোন তোলা, শুকালঙ্কা তিনটী, তেজপাতা আটটা, নুন প্রায় এক তোলা, ঘি আধ ছটাক, আদা এক তোলা।

প্রণালী।—আধ তোলা মৌরী, দুটি শুকালঙ্কা ও পাঁচটী তেজপাতা একত্রে পিষিয়া রাখ। হলুদ বাঁটিয়া রাখ। আদা মিহি করিয়া পিষিয়া লও।

হাঁড়িতে জল চড়াও। জল গরম হইলে তাহাতে ডাল ছাড়। হাঁড়ির মুখে একটি সরা ঢাকা দিয়া রাখ, অথচ অল্প ফাঁক রাখিয়া দাও। ডাল যত ফুটিতে থাকিবে তত উহার খোসাগুলি সরার উপরে উঠিবে, তখন ঐ খোসাগুলি উঠাইয়া ফেলিয়া দিবে। যতক্ষণ না সব খোসা উঠিবে এই প্রকার সরা ঢাকা দিয়া রাখিবে। আর মাঝে মাঝে বেড়ী করিয়া হাঁড়িটা হিলাইয়া দিবে তাহা হইলে সমস্ত খোসা উপরে উঠিয়া আসিবে। খোসা উঠান হইয়া গেলে হলুদ-বাঁটা দিবে। চিনি দিবে। ডাল বেশ গলিয়া যাইলে একবার ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিয়া দিবে। তারপরে নুন দিয়া একটু পরেই নামাইয়া ফেলিবে।

হাঁড়ি চড়াইয়া ঘি ছাড়। সিকি তোলা মৌরী, দু খানি তেজপাতা ও একটি শুকালঙ্কা ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। এইবারে এই হাঁড়িতে ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও। তারপরে মশলা-বাঁটা একটু

ডালের জলে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও। দু এক ফুট ফুটিলে নামাও। তারপরে আদা-বাঁটা দিয়া একবার ডালটা ঘাঁটিয়া দাও ও ঢালিয়া রাখ।

৪০৭। কাঁচা মাষকলাইয়ের ডাল।

(তৃতীয় প্রকার।)

উপকরণ।—নূতন কাঁচা মাষকলাই ডাল এক পোয়া, জল পাঁচ পোয়া, তেজপাতা তিন খানা, মৌরী আধ তোলা, হিং তিন রতি, শুকালঙ্কা দুটি, হলুদ আধ গিরা, নুন প্রায় এক তোলা, আদা এক তোলা, চিনি আধ তোলা, ঘি এক ছটাক।

প্রণালী।—হলুদটুকু বাঁটিয়া আলাদা রাখ। দুখানি তেজপাতাও বাঁটিয়া রাখ। মৌরী ও আদাটুকু বাঁটিয়া আলাদা রাখিয়া দাও। দুটী শুকালঙ্কা পিষিয়া রাখ।

হাঁড়ি করিয়া জল চড়াও। জল গরম হইলে ডালগুলি ছাড়িয়া দাও। হলুদ-বাঁটা ছাড়। হাঁড়ি ঢাকা দাও। ডাল ফুটিয়া উঠিলে শুকালঙ্কা সবটা ও অর্দ্ধেকটুকু তেজপাতা-বাঁটা দাও। ক্রমে ডাল সিদ্ধ হইয়া আসিলে নুন ও চিনি দাও। তিন ফুট ফুটিলে নামাও।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি দাও। ঘিয়ে একখানি তেজপাতা ছাড়। ঘি হইয়া আসিলে মৌরী ফোড়ন দাও এবং জলে হিং গুলিয়া ফোড়ন দাও। ডালটা সাঁতলাও। মৌরী, আদা ও তেজপাতা বাঁটা দিয়া নামাও।

৪০৮। মাটিমাহর খার। *

—※—

উপকরণ।—মাষকলাই ডাল দেড় পোয়া, শুক্নালঙ্কা তিনটী, তেজপাতা একখানি, নুন প্রায় এক তোলা, পাঁচফোড়ন দুয়ানি ভর, হিং তিন রতি, খার (ক্ষার) সিকি তোলা, জল একসের, ছাঁচি কুমড়া এক পোয়া, সরিষা তেল আধ ছটাক, আদা এক তোলা।

প্রণালী।—ভোরবেলায় কলাই ডালগুলি জলে ভিজাইয়া দাও। ঘণ্টা দুই পরে ভিজিয়া গেলে তাহার সব খোসাগুলি ধুইয়া ধুইয়া উঠাইয়া ফেলিবে। খারটুকু আধ ছটাক জলে ভিজাইতে দাও। ক্ষারটা থিতাইলে পর ক্ষারের জলটা লইতে হইবে।

দুটি শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ। ছাঁচি কুমড়ার খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা বানাইয়া রাখ।

হাঁড়িতে জল চড়াইয়া দাও। ডাল ছাড়। মিনিট দশ পরে ডাল ফুটিতে থাকিলে খারনি দাও। এই সঙ্গে কুমড়াগুলি ছাড়। প্রায় পঁচিশ মিনিট পরে ডালটা সিদ্ধ হইয়া আসিলে নুন দাও। আরো মিনিট দশ পরে হাঁড়িটা নামাইয়া রাখ।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে তেল দাও। একটি শুক্নালঙ্কা ভাঙ্গিয়া তেলে ফেলিয়া দাও এবং তেজপাতা ছাড়। তারপরে পাঁচ-ফোড়ন দিয়া, হিং ছুঁকিয়া ডালটাকে সম্বরাও। ঠিক নামাইবার পূর্ব্বে আদা বাঁটা দিবে।

৪০৯। হিন্দুস্থানী মাষকলাই ডাল।

প্রণালী।—ঠিক হিন্দুস্থানী অরহর ডালের মত করিয়া রাঁধিতে হইবে।

৪১০। বিউড়ি কলাইয়ের ডাল।

প্রণালী।—কাঁচা খোসা সমেত মাষকলাই ডালের মত ঠিক রাঁধিতে হইবে।

৪১১। আমচুর দিয়া মাষকলাই ডাল।

উপকরণ।—মাষকলাই ডাল দেড় পোয়া, নুন প্রায় পোন তোলা, হলুদ এক গিরা, আমচুর সাত আট টুকরা, সরিষা তেল দেড় কাঁচ্চা, পাঁচফোড়ন দুয়ানি ভর, সরিষা দুয়ানি ভর, শুক্নালঙ্কা একটি, জল প্রায় দেড় সের, নুন প্রায় সওয়া তোলা।

প্রণালী।—কাঁচা মাষকলাই ডাল ভোর বেলায় জলে ভিজাইতে দাও। তারপরে ভিজিলে ধুইয়া ডালের খোসাগুলা উঠাইয়া ফেল। হলুদ পিষিয়া রাখ।

ডালে নুন ও হলুদ মাখ। একটি হাঁড়িতে প্রায় দেড় সের জল চড়াও। ঠাণ্ডা জলেই ডালগুলি ছাড়িয়া দাও। মিনিট পনের পরে ফুটিতে আরম্ভ করিলেই আধ কাঁচ্চা সরিষা তেল ঢালিয়া দিয়া

হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিলে ডাল আর উথলিয়া পড়িবে না। প্রায় দেড় ঘণ্টা পরে ডাল সিদ্ধ হইয়া আসিলে আমচুর দাও। নুন দাও। মিনিট পাঁচ সাত পরে আমচুর নরম হইয়া আসিলে নুন দাও। তারপরে নামাও।

আবার হাঁড়িতে এক কাঁচ্চা সরিষা তেল চড়াও। তেলে পাঁচফোড়ন ও সরিষা ফোড়ন ও শুক্নালঙ্কা আধ খানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। তারপরে উহাতে ডালটা ঢালিয়া সাঁতলাও।

আমচুরের পরিবর্ত্তে চাল্‌তা বা নেবুর রস দিলেও বেশ হয়। তাহা হইলেও খাইতে বেশ লাগে।

ভোজন বিধি।—বাঙ্গলায় কাঁচা কলাই ডালের সঙ্গে আলাদা অম্বল চাক্‌না দিয়া যেমন সচরাচর খাইয়া থাকে, আসামে কিন্তু সেরূপ না করিয়া ডালেতেই টক্ দিয়া একেবারে রাঁধে।

৪১২। ভাজা কলাইয়ের ডাল।

উপকরণ।—ভাজা কলাইয়ের ডাল এক পোয়া, জল চার পোয়া, ইঁচড় এক ফালি, নুন এক তোলা, তেজপাতা চার খানা, তিনটী শুক্নালঙ্কা, হলুদ এক গিরা, মৌরী আধ তোলা, হিং তিন মাষা, ঘি আধ ছটাক, আদা এক গিরা।

প্রণালী।—কচি দেখিয়া ইঁচড় আনিয়া খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। ইঁচড়গুলা ভাল করিয়া জলে ধোও। তিনটী শুক্নালঙ্কা ও হলুদটুকু বাঁটিয়া রাখ। দু খানি তেজপাতা, সিকি

তোলা মৌরী ও আদাটুকু বাঁটিয়া আলাদা রাখ। হিংটুকু এক কাঁচ্চা জলে ভিজাইয়া রাখ।

হাঁড়ি করিয়া একসের জল চড়াইয়া দাও। মিনিট কুড়ি পরে জল ফুটিতে থাকিলে ডাল ছাড়। জল ফুটিতে ফুটিতে প্রায় এক পোয়া মরিয়া, তিন পোয়াটাক জল আছে দেখিলে ইঁচড়গুলা ছাড়িবে। হলুদ ও লঙ্কা-বাঁটা দিবে। তারপরেই নুন ও তেজপাতা ছাড়িবে। প্রায় মিনিট কুড়ি পরে ডাল তুলিয়া দেখিবে ডাল সিদ্ধ হইয়াছে কি না, সিদ্ধ হইলে পর ঢালিয়া ফেলিবে। এখন আবার হাঁড়ি চড়াইয়া ঘি ঢাল। ঘিয়ে তেজপাতা ছাড় তারপরে মৌরী ফোড়ন দাও। মৌরীর গন্ধ বাহির হইলেই ভিজান হিংটুকু ছাড়িয়াই ডাল ঢালিয়া হাঁড়ি ঢাকা দিবে। দু তিন মিনিট পরে ডাল নামাইয়া মৌরী, তেজপাতা ও আদা-বাঁটা দিয়া নাড়িয়া দিবে এবং ঢাকিয়া রাখিবে।

৪১৩। গোটা কাঁচা কলাই সিদ্ধ।

উপকরণ।—গোটা কলাই একসের, জল চার সের, রাঙা আলু আধ পোয়া (না দিলেও হয়), কড়ুই বেগুন আধ সের, নূতন শাদা সীম এক পোয়া, নূতন ছোট আলু আধ পোয়া, পুঁই ডাঁটা দু গাছা, নুন প্রায় এক ছটাক।

প্রণালী।—মাঘ মাসে নূতন কলাই উঠে। আলু বেগুন সবই

একটি হাঁড়ি করিয়া জল চড়াইয়া তাহাতে কুলাই ডাল ছাড়। আলু, বেগুন, রাঙা আলু, শিম ও পুইডাঁটা ছোট ছোট করিয়া কাটিয়া ডালে ছাড়। প্রায় আড়াই ঘণ্টা পরে সিদ্ধ হইয়া আসিলে নুন দিবে। ডালগুলি বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিলে তবে নামাইবে।

৪১৪। উচ্ছা দিয়া খ্যাঁশারি ডাল।

উপকরণ।—খ্যাঁশারি ডাল এক পোয়া, হলুদ এক গিরা, সরিষা তেল তিন কাঁচ্চা, সরিষা ছয়ানি ভর, শুক্নালঙ্কা তিনটী, উচ্ছা কুড়িটী, নুন প্রায় পোন তোলা, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—উচ্ছাগুলি চার চির করিয়া কাটিয়া ধুইয়া রাখ। হলুদ ও দুটি শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ।

একটি কড়া চড়াও; এক কাঁচ্চা তেল দাও। তেলে উচ্ছাগুলি অল্প কষিয়া উঠাও।

তিন পোয়া জল একটি হাঁড়ি করিয়া চড়াও। জল গরম হইলে ডাল ছাড়। মিনিট পনের পরে আধ সিদ্ধ হইলে হলুদ ও লঙ্কা-বাঁটা দাও। উচ্ছাগুলি ছাড়। নুন দাও। আরো মিনিট দশ পরে ভাল করিয়া সিদ্ধ হইলে নামাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

হাঁড়িটী ধুইয়া আবার চড়াও; দুই কাঁচ্চা তেল দাও। সরিষা ও শুক্নালঙ্কা ফোড়ন দাও। ডালটা ঢালিয়া সম্বরাও। ডাল খুব ঘন বা খুব পাতলা হইবে না, মাঝারি রকম থাকিতে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা শুক্তানির পরিবর্ত্তে প্রথমে খাইতে দেওয়া

৪১৫৭। কচুশাকের টেঙ্গা ডাল।

উপকরণ।—খ্যাশারি ডাল এক পোয়া, শোলা কচুশাক দুই ডাল, হলুদ এক গিরা, চাল্‌তা সাত আট টুকরা বা বড় কাঁচা আম একটি অথবা তেঁতুল এক ছড়া, সরিষা দুয়ানি ভর, সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, নুন আধ তোলা, জল পাঁচ পোয়া, শুক্নালঙ্কা তিনটী, কাঁচালঙ্কা ছয়টী।

প্রণালী।—কচুশাকের আঁশ ছাড়াইয়া এক আঙ্গুল লম্বা করিয়া কাটিয়া ধোও। হলুদ ও দুটি শুক্নালঙ্কা বাঁটিয়া রাখ।

পাঁচ পোয়া জলে খ্যাশারি ডাল চড়াও। ডাল উথলিয়া উঠিলে কচুশাকগুলা ডালে দাও। হলুদ ও শুক্নালঙ্কা-বাঁটা দাও। কাঁচা-লঙ্কাগুলি দাও। ডাল বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিলে তবে তাহাতে টক দিবে। পরে নুন দিবে। তারপরে তেল চড়াইয়া একটি শুক্নালঙ্কা ও সরিষা ফোড়ন দিয়া ডাল সম্বরাইবে।

৪১৬। বহগাজ ডাল।

উপকরণ।—কচি বাঁশের কোঁড়ো দুই ডাল, কাঁঠাল বীচি আটটা, খ্যাশারি ডাল এক পোয়া, খার সিকি তোলা, নুন প্রায় দশ আনি ভর, সরিষা তেল আধ ছটাক, শুক্নালঙ্কা দুটি, মেতি দুয়ানি ভর, জল একসের।

প্রণালী।—কচি কচি বাঁশ গাছ আনিয়া উপরকার ছাল

ছাড়াইয়া তাহার শাঁসটা সরু সরু করিয়া কাটু। কাঁঠাল বীচির উপরের লাল খোসা চাঁচিয়া ফেলিয়া বীচিগুলি সরু সরু করিয়া কুঁচাও; ধুইয়া রাখ।

হাঁড়িতে জল চড়াও। থ্যাঁষারি ডালের সঙ্গে বাঁশ গাছ ও কাঁঠাল বিচি সিদ্ধ করিতে দাও। প্রায় পঁচিশ মিনিট পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে খার ও নুন দাও। মিনিট পাঁচ আরো ফুটিলে পর ডাল একটি পাত্রে ঢালিয়া ফেল।

এবারে একটি হাঁড়ি চড়াইয়া তেল দাও। তেলে শুক্নালঙ্কা ও মেতি ফোড়ন দিয়া ডালটাকে সম্বরাও।

৪১৭। কাঁচা কলাইশুটির ডাল।

উপকরণ।—খোসাসমেত কাঁচা কলাইশুটি একসের, ওলকপি এক পোয়া, ঘি আধ পোয়া, ছোট এলাচ দুটা, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ আটটা, জীরা দুয়ানি ভর, হিং দুই কুঁচ ভর, আদা এক তোলা, তেজপাতা দুখানা, ধনে পোন তোলা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, হলুদ এক গিরা, দই বা দুধ এক ছটাক, জল দেড় পোয়া।

প্রণালী।—কলাইশুটী ছাড়াইয়া মটর বাহির কর। আবার প্রত্যেক মটর টিপিয়া টিপিয়া ডাল বাহির কর। টিপিলেই খোসা খুলিয়া ডাল বাহির হইবে। এই উপায়ে একসের কলাইশুটির প্রায় এক পোয়া ডাল বাহির হইবে। কচি কলাইশুটি হইলে ইহা অপেক্ষাও কম ডাল হইবে।

ওলকপির খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা আকারে বানাইয়া ধোও।

আধ সের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। সিদ্ধ হইতে প্রায় পনের কুড়ি মিনিট সময় লাগিবে।

আদা ছেঁচিয়া তাহার রস বাহির কর। এই রসে হিংটুকু ভিজাইতে দাও। হলুদ, শুক্কালঙ্কা ও ধনে মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

আধ পোয়া ঘি চড়াও; ইহাতে দু খানি তেজপাতা ফোড়ন দাও। তারপরে ছোট এলাচ, লঙ্গ, দারচিনি সব গরমমশলাগুলি ফোড়ন দাও। গরমমশলার গন্ধ বাহির হইলে জীরা ছাড়। জীরা ফুট্‌ফুট্ করিয়া থামিলেই ডালগুলা ছাড়িয়া নাড়িয়া দিবে। দু এক মিনিটের মধ্যে ডালের জল শাঁ শাঁ করিতে থাকিলেই হলুদ, শুক্কালঙ্কা এবং ধনে-বাঁটা দিবে। খুন্তি দিয়া নাড়িয়া কষিবে। ডালের ঘি ছাড়িয়া যাইলে অর্থাৎ ঘি বুড়্‌বুড়্ করিতে থাকিলে আদার রসে ভিজান হিংটুকু গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। তারপরেই দই বা দুধ ঢালিয়া দিবে; এই সঙ্গে গুলকপিও দিবে। একবার নাড়িয়া চাড়িয়া দাও। তারপরে দেড় পোয়া জল ঢালিয়া দাও আর নুনটুকু দাও। মিনিট আট পরে যখন জল বেশীটা মরিয়া অল্পটা থাকিবে অর্থাৎ প্রায় আধ পোয়াটাক আন্দাজ জল থাকিবে তখন নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা রুটী, ভাত দুয়েতেই খাওয়া যাইতে পারে।

৪১৮। শিম ও বরবটীবীচি এবং কাঁচা ছোলার ডাল।

প্রণালী।—ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে শিমেরবিচির ডাল, বরবটীবিচির ডাল ও কাঁচা ছোলার ডাল রাঁধিলে বেশ হয়।

৪১৯। কাঁচা মুগের ডাল চাল্‌তা দিয়া।

উপকরণ।—কাঁচা মুগের ডাল তিন ছটাক, একটি চাল্‌তার দুইটী বাখরা, প্রায় দশ আনি ভর নুন, তেল আধ ছটাক, তেজপাতা এক খানি, মৌরী দশ আনি ভর, কাঁচালঙ্কা পাঁচটী, আদা এক তোলা, জল তিন পোয়া, হলুদ এক গিরা।

প্রণালী।—কাঁচা মুগের ডালগুলি ঝাড়িয়া বাছিয়া জলে এক ঘণ্টা কাল ভিজাইয়া রাখ। ডালগুলা বেশ ভাল করিয়া ভিজিয়া গেলে ধুইয়া ডালের খোসা বাহির করিয়া ফেল। ক্রমাগত জল বদলাইয়া আর রগড়াইয়া রগড়াইয়া খোসা উঠাইয়া ফেল।

একটি চাল্‌তার দুইটী বাখরা খুলিয়া লও। এই দুইটী বাখরাকে লম্বাদিকে ছয় টুকরা করিয়া কাট। প্রত্যেকটীর ভিতরের আঁশ ও বাহিরের খোসা ছাড়াও। চালতাগুলি ছেঁচিয়া রাখ।

হলুদ পিষিয়া রাখ। আধ তোলা মৌরী ও আদাটুকু সব মিহি করিয়া বাঁটিয়া রাখ।

একটি হাঁড়ি করিয়া তিন পোয়া জল গরম করিতে চড়াইয়া

দাও। জল গরম হইলে দেড় পোয়া জল হাঁড়িতে রাখিয়া বাকী জলটুকু ঢালিয়া রাখি। এইবারে হাঁড়িতে ডালগুলা ছাড়। ডাল সিদ্ধ হইতে প্রায় আধ ঘণ্টা লাগিবে। ডাল বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে হলুদ দাও। ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিয়া ডালে জলে মিশাইয়া ফেল। এখন চাল্‌তা দাও। কাঁচালঙ্কা ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া দাও। বাকী দেড় পোয়া জল ও নুন দাও। প্রায় মিনিট কুড়ি পরে যখন চাল্‌তাগুলি বেশ সিদ্ধ হইয়া যাইবে তখন ডাল নামাইবে।

আর একটি হাঁড়িতে তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিতে থাকিলে একটি শুক্লালঙ্কা ও মৌরী ফোড়ন দিয়া ডালটাকে সম্বরাও। মিনিট দশ ফুটিলে পর নামাইয়া মৌরী ও আদা-বাঁটা একটু জলে গুলিয়া ডালে ঢালিয়া দাও এবং ঢাকিয়া রাখ।

৪২০। কাঁচা মুগ সিদ্ধ।

প্রণালী।—কাঁচা মুগ সিদ্ধ ঠিক কাঁচা কলাই সিদ্ধর মত করিয়া রাঁধিতে হইবে। ইহাতে সৈন্ধব নুন দিয়া রাঁধিলে বেশী উপকারী হয়।

৪৫৫ পৃষ্ঠায় ৪১৩ নং "গোটা কাঁচা কলাই সিদ্ধ" দেখ।

৪২১। ছোট মটরের ডাল চাল্‌তা দিয়া।

প্রণালী।—মুগের ডালের মত করিয়া ছোট মটরের ডালও চাল্‌তা দিয়া রাঁধিলে বেশ হয়।

৪৬০ পৃষ্ঠায় ৪১৯ নং "কাঁচা মুগের ডাল চাল্‌তা দিয়া" দেখ।

৪২২। ছোট মটরের ডাল-চড়চড়ী।

প্রণালী।—ঠিক মুগের ডাল-চড়চড়ির মত রাঁধিতে হইবে।

৪১৪ পৃষ্ঠায় ৩৬৬ নং "মুগের ডাল-চড়চড়ী" দেখ।

৪২৩। ছোলা শাক দিয়া কাঁচা মুগের ডাল।

উপকরণ।—শুক্না ছোলা শাক এক ছটাক, কাঁচা মুগের ডাল আধ পোয়া, হিং চার রতি, শুক্নালঙ্কা একটি, ঘি আধ ছটাক, জল আড়াই পোয়া, নুন আধ তোলা, কাঁচালঙ্কা তিনটী।

প্রণালী।—কাঁচা মুগের ডালগুলি জলে ভিজিতে দাও। ডাল-গুলি ভিজিলে ধুইয়া খোসা উঠাইয়া ফেল।

হাঁড়িতে জল চড়াইয়া দাও। মিনিট সাত পরে জল ফুটিয়া উঠিলে উহাতে শুক্না ছোলা শাকগুলি ছাড়। (ছোলা শাকগুলি

ঢাকিয়া রাখ। কাঁচালঙ্কা ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া দাও। মিনিট পনের কুড়ি পরে জল মরিয়া গেলে—ডাল সিদ্ধ হইয়া আসিলে নামাও। ডালটা একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়িতে ঘি চড়াও। ঘিয়ে হিং ও শুক্লালঙ্কা ফোড়ন দাও। শাকগুলা ছাড়। নাড়িয়া চাড়িয়া নামাও। একটু রস-রস থাকিতেই নামাইবে।

৪২৪। ছোলাশাক দিয়া ছোলার ডাল।

প্রণালী।—ছোলার ডাল দিয়াও ঠিক এই প্রকার হয়। কেবল ছোলার ডাল পূর্ব্ব হইতে সিদ্ধ করিয়া লইতে হয়।

৪২৫। পাঁচমিশালী ডাল।

ডালের শেষ পড়িলে ভাবনা হয় কি রাঁধিতে দেব। তখন পাঁচরকম ডালের এক মুঠা মুঠা মিশাইয়া দিলে তবু সেদিনকার মত ডাল রান্না চলিয়া যাইতে পারে।

অরহর, খ্যাঁষারি, কলাই, মসুর, মটর এই কয়েক প্রকার ডাল দিয়া পাঁচমিশালী ডাল রাঁধিবে।

প্রণালী।—পাঁচমিশালী ডাল প্রথমে সিদ্ধ করিতে চড়াইবে।

সরিষা তেলে শুক্নালঙ্কা, রস্থন-ছেঁচা ও পাঁচফোড়ন দিয়া হাতা-পোড়া সাঁতলাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা গরম গরম ভাতের সহিত খাইতে ভাল লাগে। সরু চাল অপেক্ষা মোটাবালাম চালের ভাতে খাইতে বেশী ভাল লাগে।

৪২৬। সকালের রাঁধা ডাল রান্না।

—*:*—

প্রণালী।—সকালের রাঁধা ডাল থাকিলে রাখিয়া দিবে। সেই ডালটাকে একটু ঠিক করিয়া লইলে রাত্রে বেশ খাওয়া যাইতে পারে। ডালটাতে একটু তেঁতুল গুলিয়া দিবে। তারপরে তেল বা ঘিয়ে কাঁচালঙ্কা ও পেঁয়াজ ফোড়ন দিয়া তাহাতে ডালটাকে সাঁতলাইয়া লইবে। তেঁতুলের পরিবর্ত্তে নেবু দিতে পার। কিন্তু তাহা হইলে ডাল সাঁতলাইয়া নামাইবার ঠিক আগে নেবুর রস দিয়া তবে নামাইবে। গরম গরম খাইতে দিবে।

দশম অধ্যায়।

ডালনা।

প্রয়োজনীয় কথা।

ডালনা।—ডালনাটা শুক্তানির জাতীয় ব্যঞ্জন। শুক্তানিতে ময়দা দিয়া একটু গাঢ় গাঢ় রকমের করা হয়। কিন্তু ডালনাটা অনেকটা নিরামিষ মাছের ঝোলের মত করিয়া থাকে। শুক্তানিতে ময়দা দেওয়া হয়। কিন্তু ডালনাতে যদি ময়দা দিয়া গাঢ় করা হয় সে তত ভাল লাগিবে না। 'ঝালের ঝোল', 'ঝাল' এবং 'ঝোল' সবই আমরা এই ডালনার অন্তর্ভুক্ত করিয়া দিলাম।

শবজি বানান।—ডালনার জন্য তরকারী শুক্তানির মত করিয়া বানাইতে হইবে।

মশলা।—হলুদ, ধনে, জীরামরিচ, রাঁধুনি, শুক্নালঙ্কা, কাঁচালঙ্কা, তেজপাতা, আদা, দুধ, চিনি, নুন, সরিষা এইগুলি ডালনার মশলা। ইহা ছাড়া তেল, ঘি তো আছেই। অনেক সময় দইও লাগে।

ডালনাতে ধনে ও সরিষার পরিমাণ এই হিসাবে লইতে হয়—ধনে তিন ভাগ হইলে সরিষা এক ভাগ লইতে হইবে।

ফোড়ন।—জীরা, হিং, রাঁধুনি, আদা, তেজপাতা, কাঁচা-

লঙ্কা, গরমমশলা এই সব ডালনায় ফোড়নের জন্য ব্যবহৃত হয়।

রাঁধিবার সাধারণ প্রণালী।—প্রথমে তরকারীগুলি কষিয়া ছাঁচনা দিবে। তরকারী সিদ্ধ হইলে সম্বরা দিবে। তারপরে দুধ, চিনি কিম্বা রাঁধুনি ইত্যাদি কোন বাঁটা-মশলা থাকিলে তাহা দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে। দু একবার ফুটিলেই নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ভাতের সহিত ডালনার ঝোল যেমন মাখিবে, সেই সঙ্গে আলু, কাঁচকলাআদি তরকারীগুলিও মাখিয়া খাইবে। ইচ্ছামত তাহাতে একটু নেবুর রস দিয়া খাইলেও বেশ লাগিবে। ডালের পর ডালনা খাইবে।

৪২৭। শাদা ডালনা।

উপকরণ।—আলু দুটি (দেড় ছটাক আন্দাজ), কাঁচকলা বড় হইলে আধ খানা কিম্বা ছোট হইলে একটি, পটোল চারিটা, কলাই ডালের বড়ি চারিটী, ধনে-বাঁটা এক তোলা, সরিষা-বাঁটা আধ তোলা, হলুদ-বাঁটা সিকি তোলা, লঙ্কা-বাঁটা আধ তোলা, তেজপাতা দুইটা, দুধ এক ছটাক, চিনি সিকি তোলা, জীরামরিচ-বাঁটা আধ তোলা, নুন প্রায় পোন তোলা, রাঁধুনি বেশীভাগ আর জীরা কমভাগ মিশাইয়া সিকি তোলা ফোড়ন, জল তিন পোয়া, তেল এক কাঁচ্চা, ঘি এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয় বা আট টুকরা করিয়া কাট। কাঁচকলারও খোসা ছাড়াইয়া ছয় বা আট টুকরায় কাট।

পটোলের বাধাইয়া খোসা ছাড়াও এবং আড়ভাগে চার টুকরা করিয়া কাট। সব ধুইয়া রাখ।

তেল চড়াইয়া তাহাতে বড়িগুলি সাঁতলাইয়া উঠাও। তারপরে সব তরকারীগুলি ছাড়িয়া কষ। প্রায় মিনিট তিন চারের মধ্যে তরকারীগুলি সাঁতলান হইয়া যাইবে।

এইবারে একটি তিজেল হাঁড়ির মুখে একখানি কাপড় বাঁধিয়া তাহাতেই ধনে-বাঁটা, সরিষা-বাঁটা, লঙ্কা-বাঁটা ও হলুদ-বাঁটা তিন পোয়া জলে গুলিয়া ছাঁক। তাহা হইলে বাঁটনা-ছাঁকা জলটা হাঁড়িতে পড়িবে। তারপরে হাঁড়ি উনানে চড়াইয়া দাও। নুনটুকু ও দুই খানি তেজপাতা ছাড়। ফেনা হইয়া ছাঁচনা ফুলিয়া উঠিলে (ফেনা না পড়িয়া যায়), একটি হাতা দিয়া নাড়িয়া ঐ ফেনা আবার হাঁড়ির ভিতরে ঢুকাইয়া দাও। টগবগ করিয়া ফুটিয়া উঠিলেই পটোল আর আলু দিবে। দু চার ফুট ফুটিয়া আলু আধ-সিদ্ধ হইয়া আসিলে বড়ি ও কাঁচকলা দিবে। সমস্ত তরকারী বেশ ভাল করিয়া সিদ্ধ হইয়া গেলে দুধে চিনি, জীরামরিচ-বাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। হাঁড়ি হিলাইয়া দিয়া নামাইয়া ফেল। ডালনা একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়িতে ঘি চড়াও। রাঁধুনি ও জীরা ফোড়ন দিয়া ডালনাটা সম্বরাইয়া ফেল।

এই ডালনাতে তরকারীর সঙ্গে চুঁই * দিলেও বেশ খাইতে লাগে।

---

* চুঁই আদার মত একপ্রকার মশলা। চুঁইয়ের গন্ধ অনেকটা আদার মত এবং গোলমরিচের মত ঝাল। ইহা পূর্ব্বাঞ্চল প্রদেশে প্রচুর পাওয়া যায়।

৪২৮। কাঁচা পেঁপের ডাল্‌না।

—※—

উপকরণ।—কাঁচা পেঁপে একটি, জল এক সের, আলু চারিটী, হলুদ দু গিরা, ধনে এক তোলা, জীরামরিচ আধ তোলা, নুন পোন তোলা, ঘি দেড় কাঁচ্চা, তেজপাতা একখানি, শুক্নালঙ্কা দুটী, জীরা সিকি তোলা, দুধ আধ ছটাক, ময়দা এক কাঁচ্চা, সরিষা তেল দেড় কাঁচ্চা।

প্রণালী।—একটি কাঁচা পেঁপের খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া কাট। আধ সের জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট পনেরর মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। পেঁপে সিদ্ধ হইলে পর জল ঝরাইয়া ফেলিবে। চারিটী আলু চার বা ছয় টুকরা করিয়া বানাও। শুক্নালঙ্কা, হলুদ, ধনে ও জীরামরিচ বাঁট।

একটি হাঁড়িতে তেল চড়াও। মিনিট দুই পরে আলুগুলি ছাড়। তেলে আলুগুলি সাঁতলাইয়া উঠাইয়া রাখ। তারপরে ঐ তেলে পেঁপে ছাড়। দু তিন মিনিট নাড়িয়া বাঁটা মশলাগুলি ছাড়। তিন চার মিনিট নাড়িয়া চাড়িয়া তরকারীর সহিত মশলা-বাঁটা বেশ করিয়া মিশাইয়া ফেল। আধ সের জল ঢালিয়া দাও। নুন দাও। হাঁড়ির মুখ সরা দিয়া ঢাকিয়া রাখ। ছয় সাত মিনিট ধরিয়া ফুটিতে দাও। কিন্তু তাহার মধ্যে দু তিন বার খুন্তি দিয়া নাড়িয়া দিতে হইবে। তারপরে হাঁড়ি নামাও। এখন আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি দাও। ঘিয়ে তেজপাতা ছাঁড়। ঘি হইলে তাহাতে জীরা ফোড়ন দাও। ফোড়নের সুবাস বাহির হইলেই

কাঁচ্চা ময়দা ও আধ ছটাক জল মিশাইয়া সেইটাও ঢালিয়া দাও। পাঁচ মিনিট খুব ফুটিলে নামাইয়া রাখ। ইহাতে একটু খারনি দিলেও বেশ হয় তাহা হইলে আর হলুদ দিতে হয় না।

৪২৯। ওলের ডালনা।

উপকরণ।—ওল একটা, ছোট মটর ডাল আধ পোয়া, আলু দশটা, ধনে এক ছটাক, সরিষা এক কাঁচ্চা, জল দেড় সের, হলুদ দু গিরা, শুক্কালঙ্কা চারিটী, তেজপাতা চার খানা, কাঁচালঙ্কা পাঁচ ছয়টী, ঘি আধ ছটাক, জীরা সিকি তোলা, হিং তিন চার রতি, ছোট এলাচ দুইটী, লঙ্গ তিন চারিটী, দারচিনি সিকি তোলা, তেল এক ছটাক, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—ওল বাছিয়া লইতে জানিলে আর মুখ ধরিবে না। যে ওলের দেখিবে অনেক চোখ বাহির হইয়াছে, আকের মত মট্-মট্ করিয়া ভাঙ্গা যাইতেছে এবং শাদা হইবে, সেই ওল ভাল জানিবে। * ইহার ভাল করিয়া খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। ওলের খণ্ডগুলা ভাল করিয়া ধুইয়া রাখ। মটর ডাল-গুলি এক ঘণ্টা আগে হইতে ভিজাইতে দিবে। তারপরে বাঁটিয়া রাখিবে।

আলুর খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। ধনে,

---

* ওল সম্বন্ধে একটা প্রবাদ আছে ওল সিদ্ধ জল উথলাইয়া উনানের উপরে পড়িলে ভাল ওলেও মুখ চুলকায়।

সরিষা, হলুদ ও লঙ্কা মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ। মশলার পরিমাণ এই হিসাবে লইবে, ধনে তিন ভাগ হইলে সরিষা এক ভাগ আন্দাজ লইতে হইবে।

গরমমশলাগুলি বাঁটিয়া আলাদা ঢাকিয়া রাখ।

হাঁড়িতে একসের জল চড়াইয়া তাহাতে ওলগুলি ছাড় ও এক ছড়া তেঁতুল দাও। প্রায় আধ ঘণ্টা সিদ্ধ হইলে হাঁড়ি নামাইয়া নূতন গরম জল দিয়া দু তিনবার ভাল করিয়া ধুইয়া লইবে। কাঁচা জল মোটে দিবে না।

কড়াতে তেল চড়াইয়া তাহাতে কুড়িটি মটর ডালের বড়া ভাজিয়া উঠাও। তারপরে আলুগুলিও তাহাতে কষিয়া উঠাও।

এইবারে আধ সের জলে বাঁটা মশলা গুলিয়া চড়াইয়া দাও। দুই খানি তেজপাতা ছাড়। ছাঁচনার বলক উঠিলে অর্থাৎ ফুটিলে কাঁচালঙ্কাগুলি আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া দিবে। আলু ও ওলগুলা দিবে। প্রায় মিনিট দশ পনের পরে সব সিদ্ধ হইয়া গেলে বড়াগুলা আর নুনটুকু দিবে। মিনিট দুই পরেই ঢালিবে।

হাঁড়িতে ঘি চড়াও। তেজপাতা দু খানা ছাড়। জীরা ছাড়। জীরার শব্দ থামিলে হিংটুকু ফোড়ন দিয়াই তরকারীগুলা ঢালিয়া দিবে। একটু পরেই বেশ গাঢ় হইয়া আসিয়াছে দেখিলেই নামাইবে। গরমমশলা-বাঁটা দিয়া নাড়িয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখিবে।

৪৩০। পালমের ঝালের ঝোল।

উপকরণ।—শিষসমেত পালমের এক ঝাড়, বড় আলু পাঁচটী,

বেগুন আধখানা, কচি থোড় আধ বিঘৎ, মূলা আধখানা, কচি শিম তিনটী, সরিষা তেল এক ছটাক, আদা আধ তোলা, সরিষা এক তোলা, হলুদ এক গিরা, বড়ি পাঁচটী, জল আধ সের, শুক্নালঙ্কা একটি, তেজপাতা তিন খানি, জীরা দুয়ানি ভর, রাঁধুনি ছয় আনি ভর, কাঁচালঙ্কা তিনটী, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—এক ঝাড় শিষসমেত পালম আনিয়া তাহার সব ডাঁটা-গুলি লও। আলু, বেগুন, থোড়, ও মূলা এই সব তরকারীগুলা শুক্তানির তরকারী যেমন করিয়া বানাইতে হয় তেমনি করিয়া বানাও। শিমগুলা আস্ত দাও বা দু খানা করিয়া কাটিয়া দাও। আদা কুঁচাইয়া রাখ। সরিষা ও হলুদ পিষিয়া আধ সের জলে গুলিয়া ছাঁকিয়া রাখ। সিকি তোলা রাঁধুনি, দু খানি তেজপাতা ও কাঁচালঙ্কা তিনটী একত্রে পিষিয়া আলাদা রাখিয়া দাও।

হাঁড়িতে আধ ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে বেগুন ছাড়। সমুদয় তরকারী এবং আদাকুচি তেলে কষিয়া লও। ছাঁচনাটা ঢালিয়া দাও। ছাঁচনা ফুটিয়া উঠিলে বড়িগুলি ও বেগুনগুলা ছাড়িবে। নুন দিবে। সব তরকারী বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইবে। ঠিক মাছের ঝোলের মত দেখিতে হইবে।

আবার আধ ছটাক তেল চড়াও। শুক্নালঙ্কা, তেজপাতা ও জীরা ছাড়। জীরার রং ধরিলে তবে দুয়ানি ভর রাঁধুনি ফোড়ন দিবে। রাঁধুনির গন্ধ বাহির হইলে তরকারী ছাড়িবে এবং তখনি ঢাকিয়া দিবে। ফুটিয়া উঠিলে কাঁচালঙ্কা প্রভৃতির যে মশলা-বাটনা আছে, তাহা ঢালিয়া দিয়া তাহা দ্বারা একবার ঘুঁটিয়া তখনি নামাইয়া রাখিবে।

৪৩১। শুষ্নি শাকের ঝালের ঝোল।

প্রণালী।—ঠিক পালম শাকের মত করিয়া রাঁধিবে।

৪৩২। কল্মি শাকের ঝোল।

প্রণালী।—পালমের ঝালের ঝোলের মত করিয়া রাঁধিবে। নোটেশাকেরও এইরূপ হইবে।

৪৩৩। কচুমুখী দিয়া ডালনা।

প্রণালী।—শাদা ডাল্‌নার মত রাঁধিবে।
৪৬৬ পৃষ্ঠায় ৪২৭ নং "শাদা ডালনা" দেখ।

৪৩৪। ওলার ডালনা।

উপকরণ।—কাঁটালবিচি বারটা, বড় আলু পাঁচটা, ওলা তিন গাছি, সরিষা তেল এক ছটাক, আদা আধ তোলা, সরিষা এক তোলা, হলুদ এক গিরা, শুকালঙ্কা পাঁচটী, তেজপাতা তিনটী, জীরা

লুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—ওলা বা ওলের ডাঁটি লইয়া এক আঙ্গুল সমান লম্বা করিয়া কাটিয়া তাহার গায়ের আঁশ ছাড়াইয়া ফেল। কাঁটাল বীচির খোলা এবং গায়ের লাল খোসা ছাড়াও। কাঁটাল বীচিগুলা আধ খানা করিয়া কাট। আলুগুলা চার টুকরা করিয়া বানাও।

সরিষা, হলুদ ও চারিটী শুক্নালঙ্কা পিষিয়া দেড় পোয়া জলে গুলিয়া রাখ—ইহাই ছাঁচনা। দু খানি তেজপাতা, সিকি তোলা রাঁধুনি, তিনটী কাঁচালঙ্কা মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে প্রায় আড়াই পোয়া জল চড়াইয়া ওলাগুলি সিদ্ধ করিতে দাও। মিনিট পনের পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া ইহার জল গালিয়া ফেল। তারপরে আরেকটী হাঁড়িতে আধ ছটাক সরিষা তেল চড়াও। তাহাতে আলু ও কাঁটাল বীচিগুলি কষিয়া উঠাও। তারপরে এই সিদ্ধ ওলাগুলা কষ। মিনিট চার পাঁচ ধরিয়া কষা হইলে পর ছাঁচনা দিবে। আলু ও কাঁটালবিচিগুলি ছাড়িবে। লুন দিবে। মিনিট পনের পরে তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলে পর নামাইবে।

হাঁড়িতে আধ ছটাক সরিষা তেল দিয়া একটি তেজপাতা, একটি শুক্নালঙ্কা ও জীরা ফোড়ন দাও। জীরার রং ধরিলে তবে রাঁধুনি দিবে। রাঁধুনির গন্ধ বাহির হইলে তরকারী ঢালিয়া সম্বরা দিবে এবং তখনি হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে। ফুটিয়া উঠিলে কাঁচালঙ্কা প্রভৃতি যে বাঁটা মশলা আছে ঢালিয়া দিয়া তরকারী ঘুঁটিয়া দিবে।

৪৩৫। কচি শসার ডালনা।

উপকরণ।—শসা একটি, কচি ঝিঙ্গা দুটী, কচি থোড় আধ বিঘৎ বেগুন আধ খানা, ফুল বড়ি দশটা, আলু তিন চারিটা, সরিষা এক তোলা, ধনে এক তোলা, জীরামরিচ আধ তোলা, ঘি এক ছটাক তেজপাতা দু খানা, কাঁচালঙ্কা দু তিনটা, জীরা দুয়ানি ভর, রাঁধুনি দুয়ানি ভর, দুধ আধ ছটাক, চিনি এক কাঁচ্চা, আদা আধ তোলা জল দেড় পোয়া, নুন প্রায় এক তোলা, সরিষা তেল আধ ছটাক।

প্রণালী।—শসার খোসা ছাড়াইয়া চিরিয়া উহার বুকো কাটিয়া ফেল। শসাটাকে ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। ঝিঙ্গা, থোড়, বেগুন আলুগুলা শুক্তানির তরকারী যেমন করিয়া বানাইতে হয় তেমনি করিয়া বানাও।

সরিষা, ধনে এবং জীরামরিচ পিষিয়া জলে গুলিয়া রাখ। আদা কুঁচাইয়া রাখ।

হাঁড়িতে সরিষা তেল চড়াও। তেলে বড়িগুলি কষিয়া উঠাও। তারপরে উহাতে অন্য সব তরকারীগুলি কষিয়া উহাতে ছাঁচনা ঢালিয়া দাও। নুন দাও। মিনিট দশ পরে সব তরকারী সিদ্ধ হইলে দুধে মিষ্টি গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও। ঝোল ঝোল থাকিতেই নামাইবে।

হাঁড়িতে এক ছটাক ঘি চড়াও। তেজপাতা ও কাঁচালঙ্কা এবং আদাকুচি ফোড়ন দাও। এগুলি একটু হইয়া আসিলে জীরা ফোড়ন দাও। জীরার রং অল্প লাল হইয়া আসিলে রাঁধুনি দিবে।

৪৩৬। ডেঙ্গোর ঝাল।

উপকরণ।—কাঁকুড় আধ খানি (এক পোয়া আন্দাজ), ঝিঙ্গা দুটী, ডেঙ্গোডাঁটা দু গাছি, অবশিষ্ট উপকরণ ঠিক শসার ডালনার ম লাগিবে।

প্রণালী।—ইহা উপরোক্ত শসার ডালনার প্রণালীতে রাঁধিতে হইবে।

৪৩৭। পাকা শসার ডালনা।

উপকরণ।—পাকা শসা একটি, আলু চারিটী, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা দুটী, ধনে এক কাঁচ্চা, জল দেড় পোয়া, নুন প্রায় পোন তোলা, দুধ আধ ছটাক, চিনি আধ কাঁচ্চা, জীরামরিচ সিকি তোলা, ঘি আধ ছটাক, জীরা সিকি তোলা, হিং তিন চার রতি, তেজপাতা এক খানা, তেল দেড় কাঁচ্চা।

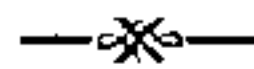
প্রণালী।—একটি পাকা দেখিয়া শসা আনিয়া খোসা ছাড়াও। শসাটাকে চিরিয়া তাহার বিচি বাহির করিয়া ফেল। চার ফালি করিয়া কাটিয়া শসাটাকে আবার টুকরা টুকরা কর। আলুগুলির খোসা ছাড়াইয়া আট খানা করিয়া কাট।

হলুদ, শুক্নালঙ্কা ও ধনে আলাদা আলাদা পিষিয়া রাখ। জীরামরিচ আলাদা পিষিয়া রাখ। হিংটুকু এক কাঁচ্চা জলে ভিজিতে দাও।

হাঁড়িতে তেল চড়াইয়া তাহাতে আলুগুলি কষিয়া তারপরে উঠাইয়া রাখ। শসাগুলিও কষ। শসার জল মরিয়া শুকাইয়া গেলে উঠাইবে। দেড় পোয়া জলে হলুদ, ধনে ও লঙ্কা-বাঁটা গুলিয়া ঐ হাঁড়িতে ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে আলুগুলি ছাড়। আলু আধ-সিদ্ধ হইয়া আসিলে শসা ছাড়। নুন দাও। ইহার মিনিট পাঁচ পরে বাঁটা জীরামরিচ ও চিনি আধ ছটাক দুধে গুলিয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও। দু তিন মিনিট পরে ঢালিয়া রাখ।

ঘি চড়াইয়া তাহাতে তেজপাতা ছাড়। জীরা ফোড়ন দাও। তারপরে হিংটুকু ছাড় এবং তখনি সমস্ত তরকারী ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া বেশ গাঢ় রকম হইলে নামাও।

৪৩৮। ছাঁচিকুমড়া দিয়া মুগের ডালনা।

—※—

উপকরণ।—ছাঁচিকুমড়া প্রায় এক পোয়া, আলু তিন চারিটা, বড়ি আট দশটা, ভাজা মুগের ডাল এক ছটাক, হলুদ সিকি তোলা, ধনে আধ তোলা, সরিষা আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা দুইটি, জীরামরিচ সিকি তোলা, আদা এক তোলা, নুন প্রায় আধ তোলা, দুধ আধ ছটাক, ঘি এক ছটাক, জল প্রায় তিন পোয়া, জীরা সিকি তোলা, তেজপাতা দু খানি, চিনি সিকি তোলা, দারচিনি দুয়ানি ভর, ছোট এলাচ একটা, লঙ্গ তিনটা।

প্রণালী।—ছাঁচিকুমড়ার খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাইয়া রাখ। আলুর খোসা ছাড়াইয়া ছয় বা আট টুকরা করিয়া বানাও।

হলুদ, ধনে, সরিষা ও শুকালঙ্কা পিষিয়া রাখ। আধ সের জলে গুলিয়া রাখ।

সিকি তোলা আদা কুঁচাইয়া রাখ। জীরামরিচগুলি আলাদা পিষিয়া রাখ। বাকী সব আদাটুকু ও গরমমশলা সবটা পিষিয়া একত্রে রাখিয়া দাও।

মুগের ডালগুলি এক পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। বার চৌদ্দ মিনিটের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া রাখ।

আধ ছটাক ঘি চড়াও; তাহাতে বড়িগুলি ভাজিয়া উঠাও। ঐ ঘিয়েতেই আলু ও ছাঁচিকুমড়া ছাড়। নুন দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। জল বাহির হইয়া আবার ঐ জল উহাতেই শুকাইয়া গেলে পর, ছাঁচনা ঢালিয়া দাও। মিনিট বার চৌদ্দ পরে আলু ও কুমড়া অনেকটা সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে দেখিলে মুগের ডালগুলি ঢালিয়া দাও। বড়িগুলি ছাড়। আরো ছয় সাত মিনিট ফুটিলে পর নামাও। একটি পাত্রে এই তরকারী সবটা ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়ি চড়াও। তেজপাতা, আদাকুচি ও জীরাফোড়ন ছাড়। যখন ইহার ভাল গন্ধ বাহির হইবে তখনি হাঁড়িতে তরকারী ঢালিয়া সম্বরা দিবে এবং তখনি হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে। দু এক মিনিট পরে দুধে জীরামরিচ-বাঁটা ও চিনি গুলিয়া ঢালিয়া দিবে। মিনিট তিন পরে নামাইয়া উহাতে আদা ও গরমমশলা-বাঁটা দিয়া তরকারী একবার হাতা দিয়া নাড়িয়া দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে।

৪৩৯। আলুকুমড়ার ঝোল্।

উপকরণ।—আলু দশটা, দই এক পোয়া, পাতি বা কাগজিনেবু একটি, জীরা সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা দুটী, হলুদ আধ গিরা, গোলমরিচ সিকি তোলা, ধনে আধ তোলা, ঝুনি সরিষা সিকি তোলা, হিং তিন বা চার রতি, তেজপাতা দু খানা, নুন প্রায় পোন তোলা, জল তিন পোয়া, ঘি দেড় ছটাক, পাকা লাল কুমড়া এক পোয়া।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া বড় ছোট হিসাবে অর্থাৎ যেমন আলু বুঝিয়া আট টুকরা বা দশ টুকরা করিয়া কাট। কাটা হইলে আলুগুলা জলে ফেলিয়া রাখ। বেশ পাকা দেখিয়া লাল কুমড়া আনিয়া তাহার খোলা ছাড়াও। কুমড়াটাকে ডুমা ডুমা-আলুর মত বানাইয়া জলে ফেল। ধুইয়া আলু ও কুমড়া আলাদা আলাদা রাখ।

জীরা, গোলমরিচ, ধনে ও শুক্নালঙ্কা কাঠ খোলায় চমকাইয়া মিহি করিয়া গুঁড়াও। হলুদটুকুও গুঁড়াও। সরিষাও গুঁড়াইয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। প্রথমে আলুগুলি ছাড়। মিনিট সাত নাড়া চাড়া করিয়া তারপরে কুমড়াগুলি ছাড়। আরো মিনিট পাঁচ নাড়। সব মশলার গুঁড়া দাও। দু একবার নাড়িয়া গরম জল ঢালিয়া দাও। তেজপাতা ছাড়। মিনিট দশ পনের পরে বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে দই ও নুনটুকু দাও। তারপরে একটি হাতায় আধ ছটাক ঘি দিয়া তাহাতে দুয়ানি ভর জীরা এবং ডেলা হিং ছাড়। হিং খইয়ের মত ফুলিয়া উঠিলে ঐ হাতা হাঁড়ির

ভিতরে ঢুকাইয়া দাও আর উপর হইতে হাঁড়ির মুখ ঢাকিয়া দাও। দু এক মিনিট পরেই নেবুর রস দিয়া হাঁড়ি নামাও এবং ঢাকিয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ভাত দিয়া ইহা মাখিয়া খাইতে বেশ লাগে। লুচির সহিতও খাইতে ভাল লাগিবে।

৪৪০। থোড়ের ডালনা।

উপকরণ।—কচি থোড় এক হাত লম্বা, জল আধ সের, দুধ দেড় পোয়া, চিনি এক কাঁচ্চা, জীরামরিচ আধ তোলা, শুক্লালঙ্কা দুটি, ঘি আধ ছটাক, জীরা দুয়ানি ভর, তেজপাতা দু খানি ভিজান ছোলা আধ ছটাক, নুন আধ তোলা।

প্রণালী।—থোড়ের খোসা ছাড়াইয়া হাতে তাহার সুতা জড়াইয়া জড়াইয়া চাকা কাট। প্রতি চাকাটীকে আবার কুচি কুচি কর।

জীরামরিচ ও শুক্লালঙ্কা পিষিয়া রাখ। দুধে এই পেষা মশলা, চিনি ও নুন গুলিয়া রাখ।

হাঁড়িতে আধ সের জল চড়াইয়া তাহাতে থোড়গুলি সিদ্ধ করিতে চড়াও। প্রায় মিনিট পনের কুড়ি পরে সিদ্ধ হইলে নামাইয়া হাঁড়ির জল গালিয়া ফেল। এই থোড়ে মশলা-গোলা দুধটা মাখ।

হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি দাও। তেজপাতা ও জীরা ফোড়ন

দাও। ঘিয়ে সমস্ত তরকারী ঢালিয়া সম্বরাও। ভিজা ছোলাগুলি দাও। বার তিন ফুটিলে নামাও।

৪৪১। গাছ ছোলার ডালনা।

প্রণালী।—গাছ ছোলা ও আলু সরিষা তেলে কষিয়া ঠিক উপ-রোক্ত প্রকারে রাঁধিবে।

৪৪২। কলাইশুটির ডালনা।

উপকরণ।—কলাইশুটি আধ সের, আলু দেড় পোয়া, কাঁচকলা দুইটি, জীরামরিচ-বাঁটা আধ তোলা, ধনে-বাঁটা এক তোলা, হলুদ দু গিরা, শুষ্কালঙ্কা দুটি, দুধ এক ছটাক, চিনি এক কাঁচ্চা, ঘি এক ছটাক, তেজপাতা দু খানা, জীরা সিকি তোলা, ছোট এলাচ দুটী, লঙ্গ চারিটী, দারচিনি সিকি তোলা, নুন প্রায় এক তোলা, সরিষা তেল আধ ছটাক, জল প্রায় তিন পোয়া।

প্রণালী।—হলুদটুকু পিষিয়া রাখ। জীরামরিচ, ধনে ও শুষ্কা-লঙ্কাগুলিও পিষিয়া রাখ। গরমমশলা (লঙ্গ, এলাচ ও দারচিনি) বাঁটিয়া আলাদা ঢাকা দিয়া রাখ।

কলাইশুটিগুলি ছাড়াও। আলু চারটুকরা করিয়া বানাও। কাঁচকলা ডুমা ডুমা আকারে বানাও। একটু বাঁটা হলুদ তরকারী-গুলিতে মাখাইয়া তারপরে তিন চার বার ভাল করিয়া জলে ধুইয়া রাখ।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। তেলে কাঁচকলাগুলি কষিয়া উঠাও। আলু ও কলাইশুটি ছাড়, একটু নুন ফেলিয়া দাও। নুন দিলেই ইহার ফট্‌ফট্‌ শব্দ থামিয়া যাইবে। তারপরে ইহাতেই জীরামরিচ-বাটা, ধনে-বাটা ও হলুদ-বাটা এবং লঙ্কা-বাটা দাও। মিনিট চার পাঁচ নাড়া চাড়া করিয়া জল দিবে এবং নুন দিবে। মিনিট পনের পরে আলু সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি দাও। তেজপাতা ও জীরা ফোড়ন দাও। ঘিয়ে সমস্ত তরকারীটা ঢালিয়া সম্বরাও। নামাইয়া গরমমশলা-বাটা দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচি, রুটি, ভাত সবেতেই খাইতে ভাল লাগিবে।

৪৪৩। খাম আলুর ডালনা।

প্রণালী।—কেবল খাম আলু, বরবটী, ও বড়ি দিয়া ঠিক পালমের ঝালের ঝোলের মত রাঁধিতে হইবে।

৪৭০ পৃষ্ঠায় ৪৩০ নং "পালমের ঝালের ঝোল" দেখ।

৪৪৪। লাউএর ডালনা।

উপকরণ।—এক ফালি লাউ (ওজনে এক পোয়া আন্দাজ

সরিষা-বাঁটা আধ তোলা, ধনে-বাঁটা আধ তোলা, জল দেড় পোয়া, মাখন আধ ছটাক, জীরামরিচ-বাঁটা সিকি তোলা, নুন আধ তোলা, ঘি আধ ছটাক, তেজপাতা দু খানা, জীরা দুয়ানি ভর, আদাকুচি আধ তোলা।

প্রণালী।—লাউটীকে ডুমা ডুমা করিয়া বানাইবে। আলুগুলিও ডুমা আকারে বানাইবে।

সরিষা বাঁটা ও ধনে-বাঁটা জলে গুলিয়া রাখ।

একটি কড়ায় তেল চড়াইয়া তাহাতে বড়িগুলি সাঁতলাইয়া উঠাও। তারপরে ঐ তেলেই আলুগুলি ছাড়। আলু উঠাইয়া লাউ কষ। এবারে হাঁড়িতে সব তরকারীগুলি দিয়া সরিষা ও ধনে-বাঁটার ছাঁচনা দাও। নুন দাও। যখন আলু সিদ্ধ হইয়া যাইবে এক তোলা মাখন ইহাতে ফেলিয়া দিবে। এবারে জীরামরিচ-বাঁটা দিবে। দু একবার ফুটিলেই নামাইবে।

হাঁড়িতে ঘি চড়াও। তেজপাতা, জীরা ও আদাকুচি ফোড়ন দাও। ঘিয়ে সমস্ত তরকারীটা ঢালিয়া সম্বরাও। তারপরে হাঁড়ি নামাইয়া রাখ।

লাউএর ডালনা শসার ডালনার মত করিয়াও রাঁধা যায়।

৪৪৫। ওলকপির ডালনা।

উপকরণ।—একটি ওলকপি, জল তিন পোয়া, ধনে এক কাঁচ্চা, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা একটি, ছাড়ান কলাইশুটি এক ছটাক, কাঁচালঙ্কা তিনটী, ছোট এলাচ চারিটা, দারচিনি সিকি তোলা,

লঙ্গ চারিটী, দই এক ছটাক, চিনি আধ তোলা, নুন প্রায় দশ আনি ভর, ঘি এক ছটাক, জীরা সিকি তোলা, হিং চার রতি।

প্রণালী।—ওলকপির খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া আট টুকরা কর।

ধনে, শুক্নালঙ্কা ও হলুদ মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ। এক পোয়া জলে ঐ পেষা মশলার ছাঁচনা গুলিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে আধ সের জল চড়াইয়া ওলকপিগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট কুড়ি পরে সিদ্ধ হইলে পর নামাইয়া জল গালিয়া ফেল।

হাঁড়িতে ছাঁচনা চড়াইয়া দাও; ফুটিলে ওলকপিগুলা উহাতে ছাড়। কলাইশুটি দাও। কাঁচালঙ্কা তিনটী ভাঙ্গিয়া দাও। তার-পরে ছোট এলাচ, দারচিনি ও লঙ্গ, দই, চিনি ও নুন সবটা দাও। ক্রমে মিনিট দশ পরে ইহাতে আধ পোয়াটাক জল রহিয়াছে দেখিয়া নামাইবে।

আর একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। জীরা ও হিং ফোড়ন দাও। এইবারে উহাতে ডালনাটা ঢালিয়া সাঁতলাও।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি, রুটী সবেতেই খাইতে পার।

৪৪৬। শুকা ছোলাশাকের ঝাল।

উপকরণ।—শুকা ছোলা শাক এক ছটাক, মটর বড়ি গোটা-কুড়ি, হিং চার রতি, শুক্নালঙ্কা একটি, ঝুনি সরিষা বা রাই সিকি তোলা, ঘি আধ ছটাক, জল দেড় পোয়া, নুন আধ তোলা।

প্রণালী।—শাকগুলি জলে ভিজাইয়া দাও; তাহা হইলে বালি ইত্যাদি সব জলের নীচে পড়িয়া যাইবে।

সরিষা ও লঙ্কা, গুঁড়া করিয়া রাখ।

হাঁড়িতে ঘি চড়াও। বড়ি ছাড়। দু, [illegible]নবার নাড়িয়া বড়িগুলি এক ধারে ঠেলিয়া রাখ। এখন এই ঘিয়ে হিং ফোড়ন দাও। হিং যেই বুড়বুড় করিয়া উঠিবে অমনি শাকগুলি ছাড়িবে। এইবারে খুন্তি দিয়া বড়ি ও শাক একত্রে মিশাইয়া নাড়। মিনিট দুই পরে সরিষা ও লঙ্কার গুঁড়া দাও। জল দাও। এই সময় নুনও দাও। মিনিট পাঁচ পরে জল মরিয়া দেড় ছটাক আন্দাজ থাকিলে নামাইবে।

৪৪৭। ট্যাঁড়সের ঝোল।

উপকরণ।—ট্যাঁড়স দশটা, ঘি আধ ছটাক, হলুদ-গুঁড়া সিকি তোলা, ধনে-গুঁড়া আধ তোলা, জীরা সিকি তোলা, গোলমরিচ সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা সিকি তোলা, জল তিন ছটাক, নুন সিকি তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—ঘি চড়াও। ট্যাঁড়সগুলি গোল গোল কাটিয়া ধুইয়া ঘিয়ে ছাড়। হাঁড়ি ঢাকা দাও। দেখিবে ভাপে ট্যাঁড়সগুলা নরম হইয়া আসিয়াছে। তখন মশলাগুলি ঢালিয়া দাও। নুন দাও। হাতা দ্বারা নাড়িয়া দিয়া হাঁড়ির মুখ ঢাক। মিনিট ছয় সাত পরে ইহার জল ইহাতেই প্রায় শুকাইয়া আসিলে সরার উপর জল ঢালিয়া দাও; তাহা হইলে বরাবর ভাপেতেই সিদ্ধ হইবে। মিনিট ছয়

সাত ফুটিলে পর একটি নেবুর রস দিয়া নামাইবে। ইহার বেশ ঝোল থাকিবে।

৪৪৮ বেশনের সুরুয়া।

উপকরণ।—বেশন আধ পোয়া, দই আধ পোয়া, জল এক ছটাক, জীরা সিকি তোলা, গোলমরিচ সিকি তোলা, শুকালঙ্কা দুটি, ধনে সিকি তোলা, ঘি আধ পোয়া, নুন প্রায় আধ তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—জীরা, গোলমরিচ, শুকালঙ্কা ও ধনে ঈষৎ কাঠখোলায় চমকাইয়া লইয়া মিহি করিয়া গুঁড়া কর।

বেশন আধ ছটাক জলে গুলিয়া বেশ শাদা করিয়া ফেটাইয়া রাখ।

কড়ায় ঘি চড়াইয়া তাহাতে বেশনের ছোট ছোট ফুলুড়ি করিয়া উঠাইয়া রাখ। কিন্তু বাটীতে আধ ছটাক আন্দাজ গোলা বেশন রাখিয়া দিবে। এই গোলা বেশনে এক পোয়া জল মিশাইয়া কড়ার ঘিয়ে ঢালিয়া দাও এবং খুন্তি দিয়া দু তিনবার নাড়িয়া তাহাতে ফুলুড়িগুলি ছাড়। এখন মশলা-গুঁড়া ইহাতে দাও। মিনিট পাঁচ ছয় পরে বেশ গাঢ় রকম হইয়া আসিলে নামাও।

ভোজন বিধি।—ভাত, রুটী দুয়েতেই খাওয়া চলে।

৪৪৯। ওলের ঝোল।

—※—

উপকরণ।—ওল এক পোয়া, মূলা দুইটী, আমলকী কুড়িটা, নুন আধ তোলা, ধনে আধ তোলা, হলুদ দু গিরা, জীরা সিকি তোলা, গোলমরিচ সিকি তোলা, শুক্লালঙ্কা তিনটী, জল দেড় পোয়া, দই আধ পোয়া, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—ওলের খোসা ছাড়াইয়া চৌক করিয়া বানাও। মূলার খোসা ছাড়াইয়া ডুমা আকারে বানাও। সব ধুইয়া ফেল। আমলাগুলি দেড় ছটাক জল দিয়া ভিজাইতে দাও।

ধনে, জীরা, গোলমরিচ, শুক্লালঙ্কা অল্প কাঠখোলায় চমকাইয়া মিহি করিয়া গুঁড়াও। হলুদ আলাদা গুঁড়া কর।

হাঁড়িতে আধ পোয়া ঘি চড়াও। ওল ও মূলা ছাড়। নাড়িয়া দিয়া হাঁড়ি ঢাকা দাও। মিনিট পনের পরে ভাপে প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিলে ঢাকার উপর হইতেই প্রায় দেড় পোয়া জল দাও। জল ফুটিয়া উঠিলে ঢাকা খুলিয়া সব মশলার গুঁড়াটুকু ও নুন দাও। ক্রমে জলটুকু মিনিট পাঁচ সাতের মধ্যে মরিয়া আসিলে আমলা দাও। তারপরে দই ঢালিয়া দাও। দইয়ের উপরে ঘি ফাটা-ফাটা হইলে নামাও।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, রুটী দুয়েতেই ভাল লাগিবে।

৪৫০। বেগুন ও বড়ির সুরুয়া।

উপকরণ।—আলু তিনটী, বেগুন দুইটী, ঘি তিন ছটাক, শুক্‌না-লঙ্কা তিনটী, ধনে আধ তোলা, জীরা সিকি তোলা, গোলমরিচ সিকি তোলা, হলুদ দু গিরা, নুন প্রায় আধ তোলা, দই আধ পোয়া, নেবু একটা, বড়ি আটটা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—বেগুনের খোসা ছাড়াইয়া সিকি ইঞ্চি পুরু করিয়া টুকরা টুকরা বানাও। আলুগুলা আটটুকরা করিয়া বানাও। সবগুলি ধোও।

শুক্‌নালঙ্কা, ধনে, জীরা, গোলমরিচ ও হলুদ মিহি করিয়া গুঁড়াইয়া রাখ।

ঘি চড়াও। আলু ও বেগুন ছাড়। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। মিনিট সাত আট ভাপে সিদ্ধ হইলে পর বড়িগুলি ছাড়। নাড়িয়া চাড়িয়া আবার হাঁড়ি ঢাকা দাও। তরকারীগুলি সব ভাল করিয়া কষা হইলে মশলা-গুঁড়া দাও এবং সিদ্ধ হইবার মত পোয়াটাক জল দাও। নুন দাও। হাঁড়ি ঢাকা দিয়া রাখ। সিদ্ধ হইয়া আসিলে তবে দই দিবে। হাতা দিয়া ঘাঁটিয়া দিবে। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নেবুর রস ছড়াইয়া দিয়াই নামাইবে।

৪৫১। ফুলকপির ডালনা।

উপকরণ।—ফুলকপি আট ডাল, আলু পাঁচটা, কুমড়া বড়ি সাতটা, সরিষা আধ তোলা, ধনে এক তোলা, জীরামরিচ আধ তোলা, রাঁধুনি আধ তোলা, ফোড়নের জন্য জীরা ও রাঁধুনি মিশাইয়া সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা চারিটী, তেজপাতা দুখানি, ঘি দেড় ছটাক, দুধ এক ছটাক, চিনি এক কাঁচ্চা, হলুদ এক গিরা, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—ডালে ডালে ফুলকপি কাটিয়া আট ডাল লইবে। আলুর খোসা ছাড়াইয়া চারটুকরা করিয়া বানাইবে। সবগুলা ধুইয়া লইবে।

হলুদ, সরিষা, ধনে, জীরামরিচ, রাঁধুনি ও শুক্নালঙ্কা সব আলাদা আলাদা পিষিয়া রাখ। দুধে জীরামরিচ ও রাঁধুনি-বাঁটা গুলিয়া রাখ।

একটি কড়ায় আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া প্রথমে বড়িগুলি কষ। বেশ লাল হইলে উঠাও। এবারে ফুলকপিগুলি বেশ লাল করিয়া কষ। ফুলকপি উঠাইয়া তারপরে আলুগুলি কষিবে।

তিন পোয়া জলে হলুদ, সরিষা, ধনে, ও লঙ্কা-বাঁটা গুলিয়া সেইটা হাঁড়িতে চড়াও। বলক উঠিলে তাহাতে সব তরকারীগুলি ছাড়। মিনিট পনের কুড়ি পরে প্রায় সিদ্ধ হইয়া আসিলে বড়িগুলি ছাড়িবে। নুন দিবে। বড়িগুলি নরম হইয়া আসিলে দুধ-গোলা ঢালিয়া দিবে। দু-ফুট ফুটিলে পর নামাইবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া এক ছটাক ঘি চড়াও। তেজপাতা,

জীরা ও রাঁধুনি ফোড়ন ছাড়। ফোড়নের বেশ গন্ধ বাহির হইলে তরকারী সবটা ঢালিয়া সাঁতলাও। হাঁড়ি ঢাকা দাও। তারপরে দুধ-গোলা ঢালিয়া দাও। দুই ফুট ফুটিলে নামাইয়া রাখ।

৪৫২। বাঁধাকপির ডালনা।

প্রণালী।—বাঁধাকপির ডালনাও উপরোক্ত প্রণালীতে করিবে।

৪৫৩। ছানার ডালনা।

উপকরণ।—ছানা আধ পোয়া, আলু ছয়টী, হলুদ এক গিরা, ধনে আধ তোলা, ফুল বড়ি ছয়টী, শুক্লালঙ্কা দুটী, সরিষা আধ তোলা, কাঁচালঙ্কা চারিটী, দই এক ছটাক, রাঁধুনি আধ তোলা, জীরা দুয়ানি ভর, তেজপাতা দু খানা, ঘি এক ছটাক, জল আড়াই পোয়া, চিনি এক কাঁচ্চা, নুন প্রায় আধ তোলা।

প্রণালী।—ছানা ছোট ছোট চার-কোণা করিয়া কাট। আলুগুলিও ডুমা চার খণ্ড করিয়া কাট।

হলুদ, ধনে, শুক্লালঙ্কা ও সরিষা মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ। রাঁধুনি আলাদা মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

আধ ছটাক ঘি চড়াও। ছানাগুলি উহাতে লাল করিয়া ভাজ। তারপরে আলুগুলি ঐ ঘিয়ে কষিয়া লও।

তিন পোয়া জলে মশলা সব গুলিয়া একটি হাঁড়িতে ছাঁকিয়া ঢাল। সেই মশলা-ছাঁকা জল সমেত হাঁড়ি উনানে চড়াও। মিনিট দশ পরে ফুটিয়া উঠিলে আলুগুলা ছাড়। প্রায় মিনিট পনের পরে আলু সিদ্ধ হইয়া গেলে ছানা ও বড়িগুলি দাও। তারপরে দইয়ে রাঁধুনি গুলিয়া সেই দইটা ঢাল। নুন ও চিনি দাও। ফুটিয়া দইটা মিশিয়া আসিলে নামাও।

আবার ঘি চড়াও। তেজপাতা ছাড়। জীরা ও রাঁধুনি ফোড়ন দাও। জীরার চুড়বুড় শব্দ থামিয়া গেলে তরকারীটা সব ঢালিয়া সম্বরাও। নামাইয়া রাখ।

৪৫৪। বেগুনের ডালনা।

প্রণালী।—বেগুনের ডালনাও ঠিক উপরোক্ত প্রকারে করিবে কেবল সরিষা আধ তোলার স্থানে এক তোলা দিতে হইবে। বেগুন কষিতে হইবে না। ইহাতে একটু হিং ফোড়ন দিলে ভাল লাগে। আর নামাইবার পর আদা-বাঁটা দিতে হইবে।

৪৫৫। পানিফলের ডালনা।

প্রণালী।—বেগুনের ডালনার মত করিয়া রাঁধিতে হইবে। দইয়ের স্থানে দুধ দিতে হইবে।

৪৫৬। বাঁশের কোঁড়ার ডালনা।

প্রণালী।—উপরোক্ত প্রণালীতে করিতে হইবে। কেবল বাঁশের কোঁড়া কুঁচাইয়া বানাইতে হইবে। তারপরে জলে সিদ্ধ করিয়া লইয়া আবার জল গালিয়া ফেলিয়া তবে রাঁধিতে হইবে।

৪৫৭। গাঁদালপাতার ঝোল।

উপকরণ।—গাঁদাল পাতা কুড়ি পঁচিশটী, সরিষা তেল আধ কাঁচ্চা, পাঁচফোড়ন এক আনি ভর, হলুদ দুয়ানি ভর, ধনে-বাঁটা দুয়ানি ভর, নুন সিকি তোলা, জল দেড় পোয়া।

প্রণালী।—সরিষা তেল চড়াও। ফোড়ন ছাড়। তারপরে গাঁদাল পাতাগুলি কষিয়া, তাহাতে হলুদ ও ধনে-গোলা জল ঢালিয়া দাও। নুন দাও। প্রায় আধ পোয়াটাক জল মরিয়া এক পোয়া আন্দাজ থাকিলে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা রোগীর পথ্য। পেটের অসুখে ইহা খাওয়া পথ্য।

একাদশ অধ্যায়।

ধোঁকা।

প্রয়োজনীয় কথা।

ধোঁকা।—ধোঁকা কেবল বাঁটা ডাল দিয়া করা হয়। ইহা ভাল করিয়া রাঁধিতে পারিলে মাছ, মাংসকেও হারাইয়া দেয়। ইহাতে কেবল আলু দেওয়া হয়, আর অন্য তরকারী দিলে ধোঁকা ভাল হয় না।

ছোট মটর ডাল আর ছোলার ডাল বাঁটিয়া ধোঁকা করা হয়।

মশলা।—ছানা, ডেলাক্ষীর, ধনে, হলুদ, শুক্নালঙ্কা, দই, তেজপাতা, জীরা, হিং. লঙ্গ, দারচিনি, ছোট এলাচ এইগুলি ধোঁকার মশলা।

প্রণালী।—ডাল শক্ত করিয়া বাঁটিয়া তাহাতে ডেলাক্ষীর, ছানা, লঙ্কা-বাঁটা মিশাইয়া রাখিবে। একটি হাঁড়িতে জল ফুটিতে দিবে; তারপরে এই হাঁড়ির মুখে এক খানি কাপড় খুব শক্ত করিয়া বাঁধিয়া তাহার উপরে এই ডাল-বাঁটা চেপটা করিয়া বা বড়ার মত টোপ টোপ করিয়া দিবে। তারপরে ইহার উপরে আর একটি হাঁড়ি চাপা দিয়া দাও। তাহা হইলে ভাপে ডাল-বাঁটা শক্ত হইয়া যাইবে। পরে নামাইয়া চারকোণা আকারে কাটিবে।

আবার গরম্ জলেও ডাল-বাঁটা ফেলিয়া দিলে চলে তাহা হইলেও ডাল-বাঁটা শক্ত হইয়া যাইবে, তারপরে কাটিয়া লইলেই হইবে।

ঘি চড়াইয়া প্রথমে ডাল-বাঁটা ও আলুগুলা কষিয়া লইবে।

তারপরে হলুদ, লঙ্কা ও ধনে-বাঁটা জলে গুলিয়া ছাঁচনা চড়াইয়া দিবে। বলক উঠিলে প্রথমে আলু ও নুন দিবে। আলু সিদ্ধ হইয়া গেলে তারপরে ডাল-বাঁটা ছাড়িবে। অল্প পরেই দই দিবে। তারপরে নামাইয়া জীরা ও তেজপাতা, হিং ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইয়া লইবে। সময়ে সময়ে গরমমশলা ফোড়ন দিয়াও সাঁতলান হয়।

ভোজন বিধি।—ধোঁকা ডালনার পরে খাইতে হয়। ইহা ভাতের সহিত মাখিয়া খাইতে ভাল লাগে। শুধু খাইতেও ভাল লাগে।

৪৫৮। মটর ডালের ধোঁকা।

উপকরণ।—ছোট মটর ডাল এক পোয়া, ছানা এক ছটাক, ঘি দেড় ছটাক, বড় আলু দুটো, ধনে আধ ছটাক, হলুদ এক গিয়া, শুক্নালঙ্কা তিনটা, দই এক ছটাক, নুন এক তোলা, জল আধ সের, তেজপাতা এক খানা, জীরা দুয়ানি ভর, হিং তিন রতি।

প্রণালী।—মটর ডালগুলি ঘণ্টা দুই আগে থেকে ভিজাইতে দাও। তারপরে আটা আটা করিয়া বাঁট। ইহাতে আধ তোলা নুন ও এক ছটাক ছানা মিশাও। ধনে, হলুদ ও শুক্নালঙ্কা মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ। ডালের গোলা ফাড়াইয়া জমা জমা বানাও।

একটি তিজেল হাঁড়িতে আধ হাঁড়িটাক জল রাখ। হাঁড়ির মুখে খুব টান করিয়া এক খানি কাপড় বাঁধ, হাঁড়িটা উনানে চড়াইয়া দাও। জল সেই হাঁড়িতে ফুটিতে থাকিবে, তখন ঐ কাপড়ের উপরে ডাল-বাঁটা লইয়া বড় বড়ির মত টোপ টোপ করিয়া দিবে। তখনি আবার খুন্তি দিয়া বড়িগুলি চেপটা করিয়া দিবে। এখন আর একটা হাঁড়ি ইহার উপর উল্টাইয়া দিবে। তাহা হইলে ভাপে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। জল মরিয়া শুক্না হইয়া গেলে নামাইবে।

এবারে হাঁড়িতে ঘি চড়াইয়া ঐ বড়াগুলি অল্প ভাজিয়া লও। বড়া উঠাইয়া আলুগুলি ভাজিয়া উঠাও।

আধ সের জলে বাঁটা মশলা সবটা গুলিয়া চড়াও। ফুটিয়া উঠিলে আলু দিবে। আলু সিদ্ধ হইয়া আসিলে দই ঢালিয়া দিবে। নুন দিবে। তারপরে বড়া দিবে। বেশ মাখ-মাখ হইলে নামাইবে।

৪৫৯। ছোলার ডালের ধোঁকা।

উপকরণ।—ছোলার ডাল আধ পোয়া, ছানা আধ ছটাক, ডেলাক্ষীর আধ ছটাক, শুক্নালঙ্কা ছয়টা, ধনে আধ তোলা, হলুদ এক গিরা, আলু ছয়টী, তেজপাতা দু খানা, ছোট এলাচ দুইটি, লঙ্গ চারিটী, দারচিনি সিকি তোলা, দই আধ ছটাক, নুন আধ তোলা, চিনি আধ তোলা, ঘি আধ পোয়া, জীরা দুয়ানি ভর, জল সাড়ে পাঁচ পোয়া।

প্রণালী।—পূর্ব্বদিন রাত্রে ছোলার ডালগুলি ভিজাইতে দিবে। পরদিন সকালেই সেইগুলি বেশ করিয়া ধুইয়া বিনা জলে মিহি করিয়া বাঁটিতে দিবে। তাহা হইলে ডাল-বাঁটা খুব শক্ত হইবে। এখন এই ডাল-বাঁটাতে আধ ছটাক ক্ষীর, আধ ছটাক ছানা, আর দুইটী শুক্নালঙ্কা-বাঁটা মিশাইবে।

ধনে, চারিটী শুক্নালঙ্কা ও এক গিরা হলুদ পিষিয়া রাখ। আলু-কয়টী খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা আকারে বানাইয়া ধুইয়া রাখ।

একটি হাঁড়ি করিয়া এক সের জল চড়াও। ডাল-বাঁটাটা হাতে করিয়া চেপ্টা কর। প্রায় পোন ইঞ্চি পুরু থাকে যেন। তারপরে জল টগবগ করিয়া ফুটিতে থাকিলে জলে ডালবাঁটা ছাড়িবে। তিন চারবার ফুটিলেই ডাল শক্ত হইয়া যাইবে। ইহাকেই ধোঁকার নেচি বলে।

হাঁড়ি নামাইয়া তাহা হইতে নেচি উঠাইয়া ঠাণ্ডা জলে ছাড়িয়া দাও। ঠাণ্ডা হইলে তুলিয়া ছুরি দিয়া ডুমা ডুমা করিয়া কাটিবে।

এক ছটাক ঘি চড়াও। এই নেচিগুলি অল্প লাল করিয়া ভাজ। ভাজা নেচিগুলি উঠাইয়া আলু ভাজিবে। যতগুলি ডালবাঁটার খণ্ড হইবে ততগুলি আলুও কাটিতে হইবে।

একটি হাঁড়িতে দেড় পোয়া জলে বাঁটা মশলা গুলিয়া চড়াইয়া দাও। জল ফুটিলে তাহাতে তেজপাতা, ছোট এলাচ, লঙ্গ ও দারচিনি ফেলিয়া দাও। আলুগুলি ছাড়। মিনিট পনের কি কুড়ি পরে আলু সিদ্ধ হইলে পর দই, নুন, চিনি এবং বাঁটা-ডালগুলি দাও। দু একবার ফুটিলে ঢালিয়া ফেল।

আবার এক ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে জীরা ফোড়ন দাও; ঐ ঘিয়ে পূর্ব্বপ্রস্তুত তরকারী সবটা ঢালিয়া সাঁতলাও। যখন দেড়

পোয়া জলের আধ পোয়া আন্দাজ থাকিবে তখন নামাইয়া ফেলিবে।

ইহা খাইতে বেশ লাগে। অনেকটা মাংসের আস্বাদ হয়।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাতে ভাল করিয়া মাখিয়া খাইতে হইবে।

৪৬০। খালি ধোঁকা।

প্রণালী।—খালি ডাল-বাঁটাতে নুন ও লঙ্কা-বাঁটা মিশাইয়া তারপরে যেমন ভাপাইয়া ধোঁকা করিতে হয় তেমনি করিয়া করিবে। ছানা ও ক্ষীর না দিয়াও ধোঁকা রাঁধা যায়।

৪৬১। ইন্ধাল।

উপকরণ।—কলাই ডাল আধ পোয়া, ছোলার ডাল আধ পোয়া, মসুর ডাল এক ছটাক, নুন প্রায় দশ আনি ভর, জীরা আধ তোলা, ধনে সিকি তোলা, দারচিনি দুয়ানি ভর, লঙ্গ পাঁচটী, গোলমরিচ সিকি তোলা, তেজপাতা দুইটা, শুক্নালঙ্কা দুইটা, আদা আধ গিরা, হিং দুই রতি।

প্রণালী।—কলাই ডাল আলাদা ভিজাইতে দাও। মসুর ডাল এবং ছোলার ডাল আলাদা ভিজাইতে দাও।

জীরা, ধনে, দারুচিনি, লঙ্গ, গোলমরিচ, তেজপাতা, শুক্নালঙ্কা, আদা একে একে সব পিষিয়া লও।

হিংটুকু একটু জলে ভিজাইয়া রাখ।

কলাই ডালের খোসা উঠাইয়া ফেল। এখারে তিন রকম ভিজান ডাল একত্রে পিষিয়া রাখ। এই ডাল-বাঁটাতে নুন, বাঁটা-মশলা এবং হিংটুকু গুলিয়া রাখ। দু তিন বার সবটা খুব ভাল করিয়া মাখিয়া লও। একটি থালাতে ঠিক সমান করিয়া এই ডাল-বাঁটা চেপ্টা করিয়া চাপড়াও।

থালার সমান একটি কড়াতে আধ কড়া গরম জল চড়াও। তাহার উপরে একটি বিঁড়া রাখিয়া দাও। জলটা ফুটিতে আরম্ভ করিলে পর ঐ ডাল-বাঁটার থালাটী বিঁড়ার উপরে বসাইয়া দাও। এখন আর একটি থালা দিয়া ভাল করিয়া ডাল-বাঁটা ঢাকা দাও। মিনিট পনেরর মধ্যে ডাল-বাঁটা ভাপে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। এখন থালা নামাও। কড়াও নামাইয়া ফেল। ঐ নেচি চার-কোণা করিয়া কাট।

এখন ছোলার ডালের ধোঁকার * মত করিয়া রাঁধ। এই ইন্দ্রাল চারকোণা করিয়া কাটা হইলে পর ইচ্ছামত তেলে ভাজিয়া ধোঁকা রাঁধিতে পার। আবার ভাপান ডাল-বাঁটা চারকোণা কাটা হইলে পর সেগুলি না ভাজিয়া ইহার শুধুও ধোঁকা রাঁধিতে পার। দুই রকমে রাঁধিলে দুই রকম ভিন্ন ভিন্ন আস্বাদও হয়।

---

* ৪৫৯ নং ছোলার ডালের ধোঁকা দেখ।

দ্বাদশ অধ্যায়।

হিঙ্গি।

প্রয়োজনীয় কথা।

হিঙ্গি।—হিঙ্গি করিতে শিখিলেই বুঝিতে পারিবে ইহা ঠিক্ যেন ডালনার এক ধাপ উপরে উঠিয়াছে, অথচ কালিয়াতেও উঠিতে পারে নাই।

শবজী।—সব তরকারীর হিঙ্গি খাইতে ভাল লাগে না। কতকগুলি বাছা-বাছা তরকারীর নিরামিষ হিঙ্গি হইয়া থাকে। যেমন, ফুলকপি, ওলকপি, বিট, কলাইশুটি, আলু, পটোল, বড়া ইত্যাদির হিঙ্গি খাইতে ভাল লাগিবে। কিন্তু লালকুমড়াদির হিঙ্গি খাইতে কখনো ভাল লাগিবে না। তরকারী ছাড়া শুধু ডালের বড়া করিয়াও তাহা দিয়া হিঙ্গি রাঁধিলে খুব ভাল লাগে।

বানান।—হিঙ্গিতে তরকারী বেশ ডুমা ডুমা করিয়া বানাইতে হইবে।

মশলা।—ইহাতে হলুদ, শুক্নালঙ্কা, ধনে, দই, তেজপাতা, জীরা, হিং, লঙ্গ, দারচিনি, ছোট এলাচ, ঘি এই সব মশলা লাগে। কোন কোন হিঙ্গিতে গরমমশলা-বাঁটা দেওয়া যায় আবার কোন কোন হিঙ্গিতে বা গরমমশলা-গুঁড়া দেওয়া হয়। গরমমশলাটুকু

আর হিংটুকু হিঙ্গিতে দিতেই হইবে। ইহাতেই হিঙ্গির বিশেষত্ব। আর হলুদ অপেক্ষা ধনের ভাগ হিঙ্গিতে বেশী দিতে হয়।

প্রণালী।—প্রথমে হলুদ, শুক্নালঙ্কা ও ধনে-বাটার ছাঁচনা চড়াইবে। বলক উঠিলে সাঁতলান তরকারী দিবে। তরকারীগুলি সিদ্ধ হইয়া গেলে নুন ও দই দিবে। তারপরে দই বেশ মিশিয়া আসিলে নামাইবে। ঘিয়ে তেজপাতা, জীরা ও হিং ফোড়ন দিয়া সম্বরাইবে। নামাইয়া গরমমশলা-বাঁটা বা গুঁড়া দিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি, রুটীর সঙ্গে খাওয়া যায়।

৪৬২। বড়ার হিঙ্গি।

উপকরণ।—আলু এক পোয়া (ছয় সাতটা), ছোট মটর ডাল আধ পোয়া, ধনে আধ ছটাক, হলুদ বড় এক গিরা বা আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা তিন চারিটা, জল তিন পোয়া, দই এক ছটাক, তেজপাতা দু তিন খানা, নুন প্রায় এক তোলা, জীরা সিকি তোলা, হিং দু তিন রতি, ছোট এলাচ দুইটি, দারচিনি সিকি তোলা (এক গিরা), লঙ্গ তিন চারিটী, তেল আধ পোয়া, ঘি আধ ছটাক।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া আটটুকরা বা চারটুকরা ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। বড় হয় তো আটটুকরা আর ছোট আলু হইলে চারিটুকরা করিয়া বানাইতে হইবে। আলুগুলি জলে ফেল।

রাঁধিবার এক ঘণ্টা পূর্ব্বে মটর ডালগুলি বাছিয়া ভিজাইতে দিবে; ভিজিলে পর ধুইয়া বাঁটিয়া লইবে। বার দুই বাঁটিলেই

হইবে। আগে ডাল-বাঁটাটা খানিকক্ষণ হাতে করিয়া ফেটাও; তারপরে আধ-তোলাটাক নুন মিশাইয়া আবার দু একবার ফেটাইয়া লও। এইবারে ফ্রাইপ্যানে বা তৈয়ে কিম্বা একটা ছোট কড়ায় সরিষা তেল চড়াও। তিন চার মিনিট পরে তেলের ধোঁয়া উঠিতে থাকিলে ঠিক দশটী করিয়া ফুলুড়ি বা বড়া ছাড়। মিনিট সাত আটের মধ্যে দু খোলায় দশটী দশটী করিয়া কুড়িটী বড়া ভাজা হইয়া যাইবে। বড়াগুলি আলাদা পাত্রে উঠাইয়া রাখ। ঐ তেলে আলুগুলি কষিয়া লও। আলু কষিতে মিনিট চার পাঁচ লাগিবে।

শুক্নালঙ্কা, ধনে, হলুদ সবগুলি মিহি করিয়া পিষিয়া তিন পোয়া জলে গুলিয়া হাঁড়িতে করিয়া চড়াইয়া দাও। পাঁচ সাত মিনিট পরে জল ফুটিয়া উঠিলে আলুগুলি ছাড়িবে। আরো মিনিট সাত পরে আলু সিদ্ধ হইয়া আসিলে দই ও নুন দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে। দই দিবার মিনিট পাঁচ পরে ঝোল ফুটিয়া গাঢ় হইয়া আসিলে বড়া-গুলা ছাড়িয়া দাও। বড়া দিবার দু তিন মিনিট পরেই নামাইবে, তা না হইলে বড়াতে একেবারে সব ঝোলটুকু টানিয়া লইবে।

আর একটি হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি ঢালিয়া দাও। ঘি হইয়া আসিলে তেজপাতা ছাড় এবং জীরা ফোড়ন দাও। জীরা চুরচুর করিয়া থামিয়া গেলেই হিং ফোড়ন দিবে (হিংটুকু এক কাঁচ্চা জলে আগে থেকে ভিজাইয়া রাখিতে হইবে।) এবং তৎক্ষণাৎ বড়াশুদ্ধ রাঁধা ঝোল ঢালিয়া দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া দিবে। দু এক মিনিট পরেই হিঙ্গি উনান হইতে নামাইবে। এবং তাহাতে ছোট এলাচ, লঙ্গ ও দারচিনি পিষিয়া এক কাঁচ্চা জলে গুলিয়া ছাড়াইয়া দিবে। হাঁড়ি ঢাকিয়া হিলাইয়া দিবে। খাইতে দেওয়া পর্য্যন্ত ঢাকিয়া রাখিবে, তাহা না হইলে ইহার সুবাস উড়িয়া যাইবে। এই

হিঙ্গিতে অধিক ঝোল থাকিবে না, মাথ-মাথ ধরণের হইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি দুয়েতেই খাওয়া যায়। ভাত খাইবার সময় অল্প ভাতের সহিত বড়া ও আলু সব একত্রে টিপিয়া শুক্না করিয়া মাখিয়া, ইচ্ছামত তাহাতে একটু নেবুর রস দিয়া খাইতে বেশ লাগে।

৪৬৩। তালের মাতির হিঙ্গি।

উপকরণ।—তালের মাতি আধ পোয়া, আলু এক ছটাক, ধনে এক কাঁচ্চা, শুক্নালঙ্কা দু তিনটী, হলুদ এক গিরা, জল প্রায় এক সের, দই এক ছটাক, নুন প্রায় পোন তোলা, চিনি আধ কাঁচ্চা, ঘি দেড় ছটাক, তেজপাতা দুইটি, ছোট এলাচ তিনটী, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ তিন চারিটী, জায়ফল সিকি খানা।

প্রণালী।—তাল গাছের ভিতরে খুব নরম এক রকম শাদা থোড়ের মত থাকে তাহাকে মাতি বলে। তাহা শুধু খাইতেও বেশ লাগে। এই মাতি আধ পোয়া লইয়া তাহা টুকরা টুকরা করিয়া বানাও। আলুগুলির খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। ধনে, লঙ্কা, হলুদ মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ। দুটি ছোট এলাচ, দারচিনি, লঙ্গ ও জায়ফল ফাঁকি কর অর্থাৎ মিহি করিয়া গুঁড়া কর।

প্রায় আড়াই-পোয়া তিন পোয়া জল হাঁড়িতে করিয়া চড়াইয়া দাও। মাতিগুলি তাহাতে সিদ্ধ কর। মিনিট পনেরর মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। আলুগুলি দুই কাঁচ্চা ঘিয়ে কষিয়া লও। তারপরে

ঐ ঘিয়ে সিদ্ধ মাতিগুলাও কষিয়া তোল।

দেড় পোয়া জলে ধনে, লঙ্কা, হলুদ-বাঁটা গোল। হাঁড়ি করিয়া এই বাঁটনা-গোলা জল চড়াও। আলু ও মাতি ছাড়। মিনিট পনেরর মধ্যে আলু সিদ্ধ হইয়া গেলে দই, নুন ও চিনি দাও। দু তিন ফুট ফুটিলে নামাও।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া দেড় ছটাক ঘি চড়াও। দুখানি তেজ-পাতা ও একটি ছোট এলাচ মুখ খুলিয়া ছাড়। উহাতে বাঁধা তর-কারীটা ঢালিয়া সম্বরাও। নামাইয়া গরমমশলার গুঁড়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৪৬৪। খেজুরের মাতির হিঙ্গি।

প্রণালী।—ঠিক উপরোক্ত প্রকারে করিতে হইবে।

৪৬৫। বিটের হিঙ্গি।

উপকরণ।—বিট দুইটা, আলু ছয়টা, ফুলবড়ি ছয়টী, ধনে এক তোলা, হলুদ দেড় গিরা, শুক্নালঙ্কা চারিটী, দই দেড় ছটাক, নুন প্রায় দশ আনি ভর, জীরা দুয়ানি ভর, তেজপাতা দুখানা, হিং চার রত্তি ভর, জল তিন পোয়া, ছোট এলাচ একটি, লঙ্গ দু তিনটী, দারচিনি সিকি তোলা।

প্রণালী।—ধনে, হলুদ, শুক্লালঙ্কা পিষিয়া তিন পোয়াটাক জলে গুলিয়া রাখ।

বিট ও আলুগুলার খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা আকারে বানাও। ধোও। হিংটুকু এক কাঁচ্চা জলে ভিজাইয়া রাখ। ছোট এলাচ, লঙ্গ ও দারচিনি মিহি করিয়া পিষিয়া আলাদা একটী বাটীতে ঢাকিয়া রাখ।

আধ ছটাক ঘি চড়াও। বড়িগুলি লাল করিয়া কষিয়া উঠাও। তারপরে বিট ও আলুগুলা কষিয়া তোল। এই হাঁড়িতেই ছাঁচনা ঢালিয়া দাও। বলক উঠিলে পর, আলু ও বিট ছাড়। প্রায় মিনিট পনের পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে বড়িগুলি ছাড়। আরো মিনিট পাঁচ পরে দই দাও। নুন দাও। ইহার মিনিট পাঁচ পরে দইটা বেশ মিলিয়া গেলে নামাও।

হাঁড়িতে বাকী আধ ছটাক ঘি ঢালিয়া দাও। তেজপাতা ও জীরা ছাড়। জীরার ফুট্‌ফুট্‌ আওয়াজ কমিয়া গেলে হিংটুকু ছাড়িয়াই উহাতে রাঁধা তরকারীটা ঢালিয়া সম্বরাও। হাঁড়ি ঢাকা দাও। তখনি নামাইয়া গরমমশলা-বাঁটা দিয়া একবার নাড়িয়া, তারপরে ঢাকিয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি দুয়েতেই খাওয়া চলে।

৪৬৬। কাঁচকলার হিঞ্চি।

উপকরণ।—কাঁচকলা একটি, আলু পাঁচটী, বড়ি ছয়টী, ধনে এক তোলা, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, জল আধ সের, দই আধ ছটাক, তেজপাতা তিন খানা. নুন প্রায় পোন তোলা, জীরা সিকি তোলা, হিং দুই রতি, ছোট এলাচ একটি, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ তিনটী, তেল এক ছটাক, ঘি আধ ছটাক, আদা আধ তোলা।

প্রণালী।—কাঁচকলার খোসা ছাড়াইয়া বারটুকরা বানাও। আলুগুলির খোসা ছাড়াইয়া প্রত্যেকটীকে ছয় বা আটটুকরা বানাইয়া ধুইয়া,একটু হলুদ মাখিয়া রাখ।

ধনে, হলুদ ও শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ। তিন পোয়া জলে ছাঁচনা গুলিয়া রাখ। ছোট এলাচ, লঙ্গ ও দারচিনি মিহি করিয়া পিষিয়া আলাদা একটী বাটীতে ঢালিয়া রাখ। আদাটুকু আলাদা মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

সরিষা তেল চড়াইয়া তাহাতে বড়িগুলা ভাজিয়া উঠাও। আলু ও কাঁচকলা কষিয়া উঠাও। একটি হাঁড়িতে ছাঁচনা চড়াও। ছাঁচনা ফুটিয়া উঠিলে তাহাতে আলু ও কাঁচকলা ছাড়। সিদ্ধ হইয়া আসিলে দই ও নুন দিবে। মিনিট চার ফুটিলে পর নামাইবে।

আর একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। তেজপাতা ও জীরা ছাড়। জীরার ফুট্‌ফুট্ শব্দ থামিয়া গেলে হিং ছুঁকিয়া, তাহাতে রাঁধা তরকারী ঢালিয়া সাঁতলাও। ঠিক নামাইবার আগে পেষা গরমমশলা দিবে। ঘুঁটিয়া দিয়া নামাইবে, এবং ঢাকিয়া রাখিবে।

কাঁচকলার হিঙ্গি বারমাস রাঁধা যাইতে পারে। এদেশে কাঁচ-কলার বড় একটা কখনও অভাব হয় না।

৪৬৭। পটোল ও আলুর হিঙ্গি।

প্রণালী।—পটোল ও আলুর হিঙ্গি কাঁচকলার হিঙ্গির ধরণে করিতে হইবে।

৪৬৮। ফুলকপি, আলু ও কলাইশুটির হিঙ্গি।

প্রণালী।—ইহাও ঠিক কাঁচকলার হিঙ্গির মত করিয়া করিতে হইবে। কলাইশুটিগুলি কষিবে না। যখন ফুটিতে থাকিবে তখন ছাড়িবে। ইহাতে ধনের ভাগ বেশী দিবে।

৪৬৯। ইঁচড়ের হিঙ্গি।

উপকরণ।—ইঁচড় আধ সের, আলু আটটী, ধনে আধ ছটাক, শুক্নালঙ্কা চারিটী, হলুদ এক গিরা, ছোট এলাচ দুটি, লঙ্গ তিন চারিটী, দারচিনি সিকি তোলা, দই এক ছটাক, নুন প্রায় এক তোলা, জল এক সের, ঘি আধ পোয়া, জীরা দুয়ানি ভর, হিং তিন রতি, তেজপাতা দুখানা, আদা আধ তোলা।

প্রণালী।—ইঁচড়ের খোলা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। আলুর খোসা ছাড়াইয়া অৰ্দ্ধেক করিয়া কাট। সব ধুইয়া রাখ।

শুকালঙ্কা, হলুদ ও ধনে একত্রে মিহি করিয়া পিষিয়া এক পোয়া জলে গোল।

দারচিনি, ছোট এলাচ, লঙ্গ একত্রে মিহি করিয়া পিষিয়া একটি বাটীতে ঢাকিয়া রাখ। হিংটুকু একটু জলে ভিজাইতে দাও।

আদাটুকু আলাদা মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে তিন পোয়াটাক জলে চড়াইয়া ইঁচড়গুলি সিদ্ধ করিতে চড়াও। প্রায় মিনিট পঁচিশ ত্রিশ পরে ইঁচড় সিদ্ধ হইয়া গেলে জল ঝরাইয়া রাখ।

এবারে প্রায় ছটাক খানেক ঘি চড়াইয়া প্রথমে তাহাতে আলুগুলি লাল করিয়া কষিয়া উঠাও। তারপরে ইহাতেই ইঁচড়গুলি ছাড়িয়া অল্প কষ। বাঁটা-মশলার ছাঁচনা ঢালিয়া দাও। বলক উঠিলে আলু ছাড় এবং নুন দাও। মিনিট পনের পরে আলু সিদ্ধ হইয়া আসিলে দই ঢালিয়া দাও। তিন চার ফুট ফুটিলে পর নামাও।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া ঘি দাও। তেজপাতা ও জীরা ফোড়ন দাও। জীরার ফুট্‌ফুট্‌ শব্দ থামিয়া গেলে হিং ছুঁকিয়াই রাঁধা তরকারী সবটা ঢালিয়া সাঁতলাও। একটু পরে নামাইয়া গরম-মশলা-বাঁটা ও আদা-বাঁটা দিয়া একবার ঘাঁটিয়া দাও এবং ঢালিয়া রাখ।

৪৭০। ওলকপি, আলু ও কলাইশুটির হিঙ্গি।

প্রণালী।—ইহা উপরোক্ত প্রকারে করিতে হইবে। ওলকপি বেশ লাল করিয়া কষিয়া লইবে। আর কলাইশুটি, বলক ফুটিলে, কাঁচা দিবে।

৪৭১। সালগমের হিঙ্গি।

প্রণালী।—সালগম সিদ্ধ করিয়া কষিবে তাহা হইলে ইহার হাল-সেটে গন্ধ চলিয়া যাইবে। ঠিক ওলকপির হিঙ্গির মত রাঁধিবে।

ত্রয়োদশ অধ্যায়।

কালিয়া।

প্রয়োজনীয় কথা।

কালিয়া।—কালিয়া শুনিলেই মাংসের প্রস্তুত সামগ্রী বলিয়া মনে হয়। কিন্তু ভাল করিয়া রাঁধিতে পারিলে নিরামিষ কালিয়া মাংসের কালিয়ারই মত খাইতে উৎকৃষ্ট এবং সুস্বাদু হইয়া থাকে।

সচরাচর মশলা বেশ লাল করিয়া কষিয়া কালিয়া রাঁধিতে হয়। মশলা কষা হইলে যখন ঘি বা তেল ছাড়িয়া দিবে, তখনি কালিয়ার মশলা ঠিক কষা হইল বুঝিবে।

কারী, দোল্মা এবং দমপক্ত ইহারা অনেকটা কালিয়ার মত তবে ইহাদের প্রত্যেকের রাঁধিবার প্রণালীতে কিছু কিছু প্রভেদও আছে। এইজন্য ভিন্ন ভিন্ন বিভাগে ইহাদের কথা লেখা যাইবে।

শবজী।—আলু, পটোল, ফুলকপি, বাঁধাকপি, ওলকপি ও ইচড় প্রভৃতি তরকারী দিয়া আমরা কালিয়া রাঁধিয়া থাকি। কালিয়াতে তরকারী বড় বড় করিয়া বানাইতে হয়।

শবজী ছাড়া দুধের ছানারও কালিয়া রাঁধা যায়। ছানার কালিয়া রুই মাছের কালিয়া অপেক্ষাও যেন খাইতে ভাল হয়।

এলাচ ও দারচিনি এবং ঘি বা তেল। নিরামিষ কালিয়া এই মশলাগুলি দিয়া রাঁধা হয়।

আমরা নিরামিষ কালিয়াতে অনেক সময় পেঁয়াজ ব্যবহার করি না। তাহার পরিবর্ত্তে খোয়া (ডেলাক্ষীর) ঘিয়ে ভাজিয়া দিই।

কালিয়াতে গরমমশলা দিতেই হইবে। কখনো বা পিষিয়া দিই, কখন কখন গোটাও দিয়া থাকি।

মালাই-কালিয়া রাঁধিতে হইলে নারিকেল দিয়া রাঁধা যায়।

রাঁধিবার প্রণালী।—প্রথমে ঘি চড়াইয়া খোসা ভাজিয়া উঠাইবে। তারপরে মশলাতে জলের ছিটা মারিয়া মারিয়া লাল করিয়া কষিবে। দই দিবে। দয়ের জল মরিয়া মশলায় ঘি ফাটাফাটা হইলে জল দিবে। তরকারী দিয়া নুন দিবে। তরকারী বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে এবং বেশ ঘিয়ের উপরে থাকিলে নামাইবে। তারপরে গরমমশলা পিষিয়া ইহাতে দিবে এবং ঢালিয়া রাখিবে।

ভোজন বিধি।—ভাত, লুচি, রুটী, পরোটা সকলের সঙ্গে কালিয়া খাওয়া চলে।

৪৭২। আলু পটোলের কালিয়া।

উপকরণ।—আলু পাঁচটী, পটোল পাঁচটী, হলুদ এক গিরা, আদা এক গিরা, ধনে সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, দই আধ ছটাক, পেঁয়াজ (ইচ্ছামত ব্যবহার করিবে) এক ছটাক, নুন আধ তোলা, লঙ্গ তিনটী, ছোট এলাচ একটি, দারচিনি দুয়ানি ভর, ডেলাক্ষীর এক

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া আধ খান্কা করিয়া কাটিয়া রাখ। পটোলের বাধাইয়া খোলা ছাড়াইয়া আড়ে দুই খানা করিয়া কাট।

হলুদ, আদা, ধনে, শুক্নালঙ্কা একত্রে পিষিয়া রাখ। ইচ্ছামত পেঁয়াজ পিষিয়া রাখ। পেঁয়াজ না দিলে ক্ষীর ভাজিয়া দিবে। লঙ্গ, ছোট এলাচ ও দারচিনি মিহি করিয়া বাঁটিয়া আলাদা রাখ।

ঘি চড়াইয়া তাহাতে ক্ষীরটুকু ভাজিয়া উঠাও। তারপরে আলু ও পটোলগুলি কষিয়া উঠাও। এখন এই ঘিয়ে হলুদাদি পেষা মশলা-টুকু সব ছাড়, এবং কষ। জলের ছিটা দিয়া দিয়া প্রায় মিনিট বার কষিয়া লাল কর। তারপরে দই দাও। আরো মিনিট পাঁচ সাত কষিয়া জল দাও। আলু ও পটোল ছাড়। নুন দাও। মিনিট দশ পরে আলু সিদ্ধ হইয়া গেলে ভাজা ক্ষীরটুকু আধ-গুঁড়া করিয়া দাও। বেশ থক্থকে হইয়া আসিলে নামাইয়া গরমমশলা-বাঁটা দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

পেঁয়াজ ইচ্ছামত পিষিয়া এবং ভাজিয়া দিবে।

৪৭৩। ইঁচড়ের কালিয়া

উপকরণ।—ইঁচড় আধ সের, আলু আটটী, ঘি তিন ছটাক, হলুদ দু গিরা, আদা এক তোলা, শুক্নালঙ্কা চারিটা, ধনে আধ তোলা, সাজিরা দুয়ানি ভর, দারচিনি সিকি তোলা, ছোট এলাচ দুটী, জল এক সের, নুন প্রায় এক তোলা, লঙ্গ তিনটী।

প্রণালী।—হলুদ, আদা, শুক্নালঙ্কা, ধনে, সাজিরা দুয়ানি ভর

দারচিনি, বড় এলাচ সব একত্রে পিষিয়া রাখ। দুয়ানি ভর দার-চিনি, ছোট এলাচ দুটি ও লঙ্গ তিনটী মিহি করিয়া পিষিয়া আলাদা রাখ।

ইঁচড়ের খোলা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। আলু কয়টীর খোসা ছাড়াইয়া আধ খানা করিয়া কাট।

একটি হাঁড়িতে তিন পোয়া জল চড়াইয়া ইঁচড়গুলি সিদ্ধ করিতে দাও। মিনিট কুড়ির মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। নামাইয়া জল ঝরাইয়া রাখ।

এক ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে আলুগুলা কষিয়া উঠাও। তার-পরে ইঁচড় কষিয়া উঠাও। এইবারে বাকী কাঁচা ঘিটা ইহাতে ঢালিয়া দাও। হলুদাদি সব বাঁটা-মশলা ছাড়। বেশ লাল করিয়া কষ। প্রায় মিনিট পনের কষিয়া মশলার রং বেশ লাল হইয়া আসিলে ইঁচড় ও আলু দাও। দু তিন বার নাড়িয়া জল ও নুন দাও। মিনিট দশ পরে ঘিয়ের উপরে থাকিলে একটি নেবুর রস দিয়া নামাও। বাঁটা-গরম-মশলা এক কাঁচ্চা জলে গুলিয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও এবং ঢাকিয়া রাখ।

৪৭৪। মিঠা দিলখোস।

উপকরণ।—রসগোল্লা আটটা, আলু ছয়টা, হলুদ এক গিরা, আদা এক তোলা, শুক্নালঙ্কা দুটী, দই আধ ছটাক, নুন আধ তোলা, জায়ফল সিকি খানা, দারচিনি দুয়ানি ভর, লঙ্গ দুটী, ছোট এলাচ একটী, জল এক পোয়া, ঘি আধ পোয়া, খোয়া ক্ষীর এক কাঁচ্চা,

কিসমিস চৌদ্দটী, নেবু একটী, ধনে আধ তোলা।

প্রণালী।—হলুদ, আদা, শুক্নালঙ্কা ও ধনে একত্রে মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ। জায়ফল, দারচিনি, লঙ্গ, ছোট এলাচ মিহি করিয়া পিষিয়া আলাদা রাখিয়া দাও।

রসগোল্লাগুলি এক বাটী জলে ডুবাইয়া ধোও, তাহা হইলে ইহার রসটা বাহির হইয়া যাইবে।

ঠিক রসগোল্লার মত গোল গোল দেখিয়া আলু লইবে। আলু-গুলার শাদা করিয়া খোসা ছাড়াইয়া ফেলিয়া ধুইয়া রাখ।

এক ছটাক ঘি চড়াও। ডেলাক্ষীরটুকু লাল করিয়া ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ। তারপরে ঘিয়ে আলুগুলি ছাড়। বেশ লাল করিয়া ভাজিয়া উঠাও।

এখন ঐ ভাজা ঘিয়ে আরো সব ঘিটা ঢালিয়া দাও। হলুদাদি পেষা মশলা ছাড়। মিনিট সাত আট বেশ লাল করিয়া কষিয়া দই দাও। আরো পাঁচ সাত মিনিট লাল করিয়া কষিয়া আলু ছাড়। জল ও নুনটুকু দাও। আলু বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে রস-গোল্লাগুলি ছাড়। দু একবার ফুটিলে পর কিসমিস ও ভাজা ক্ষীরটুকু আধ-গুঁড়া করিয়া দাও। ঘিয়ের উপরে থাকিলে পর, নেবুর রস দিয়া নামাও। গরমমশলা-বাঁটা দিয়া একবার নাড়িয়া ঢাকিয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা খাইতে একটু মিষ্ট মিষ্ট হয়। লুচি, ভাত দুয়েতেই ইচ্ছামত খাইতে পার।

৪৭৫। ফুলকপির কালিয়া।

উপকরণ।—ফুলকপি একটি, আলু চারিটী, পেঁয়াজ চারিটী, হলুদ দু গিরা, আদা আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, ধনে আধ তোলা, জল তিন পোয়া, মুন প্রায় দশ আনি ভর, ঘি দেড় ছটাক, ছোট এলাচ একটি, লঙ্গ দুটী, দারচিনি দুয়ানি ভর, নারিকেল আধ মালা, ছাড়ান কলাইশুটি এক ছটাক।

প্রণালী।—ফুলকপির প্রতি ডালে ডালে কাটিয়া রাখ। আলুর খোসা ছাড়াইয়া আধ খানা করিয়া কাট। সব ধুইয়া রাখ।

দুটী পেঁয়াজ ভাজিবার জন্য লম্বাদিকে কুঁচা কাটিয়া রাখ। বাকী দুটি পেঁয়াজ ও হলুদ, আদা, শুক্নালঙ্কা, ধনে সব একত্রে মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

ছোট এলাচ, লঙ্গ, দারচিনি পিষিয়া আলাদা রাখ।

নারিকেল পিষিয়া এক ছটাক জলে গুলিয়া দুধ বাহির কর।

ঘি চড়াও। ঘিয়ে আলু ও কপি কষিয়া উঠাও। তারপরে পেঁয়াজকুচি ছাড়। পেঁয়াজগুলি আধ-ভাজা রকম হইলে বাঁটা-মশলা ছাড় বেশ করিয়া লাল কর। জল দাও। আলু ও কপি ছাড়। মুন দাও। আলু বেশ সিদ্ধ হইয়া আসিলে এবং জলও মরিয়া আসিলে নারিকেলের দুধ দাও। মিনিট দুই পরে নামাইয়া গরম-মশলা-বাঁটা দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৪৭৬। বাঁধাকপি, ওলকপি ও শালগমের কালিয়া।

প্রণালী।—বাঁধাকপি বা ওলকপি বা সালগমের কালিয়া করিতে হইলে ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে করিলে বেশ হইবে। বাঁধাকপি প্রভৃতির কালিয়াতেও আলু দিবে।

৪৭৭। ছানার কালিয়া।

উপকরণ।—ছানা আধ পোয়া, আলু তিনটী, ঘি তিন ছটাক, ধনে এক কাঁচ্চা, আদা এক গিরা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, হলুদ এক গিরা, ডেলাক্ষীর আধ ছটাক, তেজপাতা দু খানা, ছোট এলাচ দুটি, লঙ্গ তিন চারিটী, দারচিনি সিকি তোলা, আধ পোয়া দই, জল এক পোয়া, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—ছানা দেড় ইঞ্চি লম্বা, এক ইঞ্চি চওড়া এবং আধ ইঞ্চি পুরু করিয়া কাট। আলুর খোসা ছাড়াইয়া দু-আধখানা করিয়া বানাও। হলুদ, ধনে, আদা ও শুক্নালঙ্কা সব একত্রে পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে সব ঘিটা চড়াও। ঘিয়ে ক্ষীরটুকু আগে ভাজিয়া লও। ক্ষীরটা দু তিন মিনিটের মধ্যে অল্প লাল্‌চে হইয়া আসিলেই উঠাইবে। এইবারে ঐ ঘিয়েই ছানাগুলি ছাড়। ছানা বাদামী রংএর হইলে নামাও। তারপরে আলু ছাড়। আলুগুলিও লাল্‌চে করিয়া কষিয়া লও। * এখন এই ঘিয়ে হলুদ, ধনে, আদা ও শুক্নালঙ্কা-বাঁটা ছাড়।

---

* ছানার কালিয়াতে আলু তেলে ভাজিবে না।

লাল করিয়া কষ। তারপরে দই দাও। আবার কষিতে থাক; দইয়ের জল বাহির হইয়া শুকাইয়া-মশলা লাল হইয়া আসিলে ক্ষীর-টুকু দিবে। আলু ও ছানা দিয়া এক পোয়াটাক জল দিবে। নুন দিবে। জল মরিয়া আধ পোয়া আন্দাজ থাকিলে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচি ও ভাত দুয়ের সহিত খাওয়া চলে।

৪৭৮। কমলানেবুর কালিয়া।

উপকরণ।—আলু সাত আটটী, ফুলকপির ডাল নয়টী, হলুদ দুই গিরা, তেল আধ ছটাক, ঘি তিন কাঁচ্চা, তেজপাতা এক খানি, লঙ্গ দুটী, ছোট এলাচ একটি, দারচিনি এক গিরা, আদা পোন তোলা, পেঁয়াজ দুটী, শুক্নালঙ্কা দু তিনটী, জল আধ সের, কাঁচালঙ্কা দু'তিনটী, কমলানেবু দুটী, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া আধ খানা করিয়া কাট। ফুলকপির আট নয়টী ডাল ধুইয়া রাখ। সব ধুইয়া ফেল। হলুদ আলাদা পিষিয়া রাখ। কমলানেবুর খোসা ছাড়াইয়া ফেল। ছয় সাতটী কোয়া আধখানা করিয়া কাটিয়া রাখ; আর বাকী কোয়াগুলি ছাড়াইয়া তাহার শাঁস বাহির করিয়া রাখ।

আলু ও কপিতে একটু হলুদ মাখিয়া রাখ। হাঁড়িতে তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে আলু ও কপি ছাড়। সাত আট মিনিট ধরিয়া কষ। অল্প ভাজা রকম হইয়া আসিলে তরকারী গুলি নামাইয়া ফেলিবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে ঘি দাও। এক খানি তেজপাতা, ছুটি লঙ্গ, একটি ছোট এলাচ ও একটি দারচিনি ছাড়। ঘিয়ের সুগন্ধ বাহির হইলেই হলুদ, আদা, পেঁয়াজ এবং লঙ্কা-বাঁটা ছাড়। আট নয় মিনিট ধরিয়া কষ। কষিয়া বেশ লাল কর। তারপরে তরকারী দাও। ছু চার বার নাড়িয়া প্রায় আধ সের জল দাও। নুন দাও। ছু তিনটী কাঁচালঙ্কা ভাঙ্গিয়া দাও। আলু, কপি সিদ্ধ হইয়া আসিলে প্রায় অর্দ্ধেক জল মরিয়া গেলে, কমলানেবুগুলা ঢালিয়া দাও। ছু এক বার ফুটিলেই নামাইয়া রাখ।

৪৭৯। বেগুনের কালিয়া।

উপকরণ।—ছোট ছোট বেগুন দশটা, ঘি আধ পোয়া, দই আধ পোয়া, ছোট এলাচ ছুটী, দারচিনি এক গিরা, লঙ্গ তিন চারিটা, আদা এক তোলা, হলুদ সিকি তোলা, লঙ্কা সিকি তোলা, চিনি সিকি তোলা, নুন আধ তোলা, জল এক ছটাক।

প্রণালী।—ছোট ছোট দেখিয়া বেগুন আনিয়া চার-ফালি করিয়া চিরিবে অথচ যেন আস্ত থাকে। বেগুনগুলা ধুইয়া রাখ। আধ পোয়া দই ফেটাইয়া তারপরে তাহাতে এক ছটাক জল মিশাও। আদা, লঙ্কা ওহলুদ পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে এক ছটাক ঘি চড়াও। ঘি গরম হইলে তাহাতে বেগুন কয়টী ছাড়িয়া কষিতে থাক। অল্প অল্প ভাজা হইলে বেগুনগুলা উঠাইয়া দইয়ে ফেল। বেগুন-ভাজা ঘিটা অন্য পাত্রে ঢালিয়া রাখ।
হাঁড়িতে আবার নূতন এক ছটাক ঘি ঢালিয়া দাও। ঘিয়ে ছোট

এলাচ, দারচিনি ও লঙ্গ ফোড়ন দাও। ঘিয়ের দাগ দেওয়া হইলে তাহাতে হলুদ, লঙ্কা ও আদা-বাঁটা ছাড়িয়া কষিতে থাক। বেশ লাল করিয়া কষা হইলে দইশুদ্ধ বেগুন ঢালিয়া দাও। দইয়ের জল মরিয়া ঘিয়ের উপরে থাকিলে নামাইবে।

চতুর্দ্দশ অধ্যায়।

কারী।

প্রয়োজনীয় কথা।

কারী।—কারীকে কালিয়ার বড় বোন বলিতে পারা যায়। ইহা কালিয়ার মতই কষিয়া রাঁধিতে হইবে বটে তবু তাহার ভিতরেও তফাৎ আছে। কালিয়ার মত শবজী দিয়া কারী রাঁধিতে হয়। কারীতেও শবজী ডুমা ডুমা বড় বড় করিয়া বানাইতে হয়।

মশলা।—হলুদ, সরিষা, ধনে, শুক্‌নালঙ্কা, পেঁয়াজ, আদা, দই, ঘি বা তেল এই সব উপকরণ কারীর। কারীতে হলুদ একটু বেশী দিতে হইবে, সরিষা ও ধনের ভাগ অল্প করিয়া দিবে। আদাও অল্প দিবে। কারীতে শেষে একটু নেবুর রস দিলে বেশ সুগন্ধ এবং আস্বাদ ভাল হয়।

কারীতে আমরা প্রায়ই গরমমশলা দিই না। অল্প করিয়া প্রতি কারীতে একটু নারিকেল পিষিয়া দিলে বেশ আস্বাদ হয়। অনেক সময় বাদাম-বাঁটা পোস্তা-বাঁটাও দিয়া থাকি।

মালাই কারীতে নারিকেলের দুধ দিবে।

যখন টক কারী রাঁধিবে তখন তাহাতে ইচ্ছামত আদা না দিতেও পার। জলপাই, ক[illegible] দেশি আমড়া, কাঁচা আম ইত্যাদি দিয়া টককারী

রাঁধিতে হয়।

ঝালকারীরই মত ইহা রাঁধিবে। কেবল অপেক্ষাকৃত পাতলা করিবে। আর তরকারী সিদ্ধ হইয়া আসিলে তবে আমড়া প্রভৃতি অম্লদ্রব্য ছাড়িবে। টককারীতে দই দিতে হইবে না।

রাঁধিবার প্রণালী।—প্রথমে ঘি চড়াইয়া তরকারী কষিয়া উঠাইবে। তারপরে পেঁয়াজ ভাজিয়া উঠাইবে। পেঁয়াজ ভাজা হইয়া গেলে ঐ ঘিয়ে মশলা ছাড়িবে। বেশ লাল করিয়া কষিয়া তারপরে দই দিবে আবার খুব ভাল করিয়া কষিয়া জল দিবে। নুন দিবে। ফুটিয়া উঠিলে তরকারী দিবে। তরকারী বেশ সিদ্ধ হইয়া যাইবে এবং জল মরিয়া ঘিয়ের উপর থাকিবে। ঠিক নামাই-বার আগে নেবুর রস দিয়া নামাইবে।

কোপ্তাকারী।—কোপ্তাকারী রাঁধিতে হইলে কোপ্তা আলাদা প্রস্তুত করিবে। কারী আলাদা রাঁধিবে। তারপরে কেবল সাজাইয়া দিবে।

ভোজন বিধি।—কারী, ভাত, লুচি, সবেতেই খাওয়া চলে।

৪৮০। ফুলকপির কারী

উপকরণ।—ফুলকপি আধ খানা, আলু ছয় সাতটী, হলুদ দু গিরা, সরিষা আধ তোলা, ধনে আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা চারিটী, পেঁয়াজ ছয়টী, আদা এক তোলা, নারিকেল আধ মালা, ঘি আধ পোয়া, জল আধ সের, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—ফুলকপির প্রতি ডালে ডালে বানাও; ভাল করিয়া ধোও। অনেক সময়ে ইহার ভিতরে পোকা থাকে। আলুগুলা আধখানা করিয়া বানাইয়া ধুইয়া রাখ।

হলুদ, সরিষা, ধনে, শুক্নালঙ্কা, চারিটী পেঁয়াজ ও আদা একত্রে পিষিয়া রাখ। দুটি পেঁয়াজ কুচি কর।

নারিকেল কুরিয়া তারপরে সেই কোরা নারিকেলগুলি এক ছটাক গরম জলে গুলিয়া তাহা হইতে দুধ নিংড়াইয়া রাখ।

ঘি চড়াইয়া তাহাতে ফুলকপি ও আলু কষিয়া উঠাও। এই ঘিয়ে পেঁয়াজ-কুচি ছাড়। পেঁয়াজ অল্প লাল হইয়া আসিলে পেষা মশলা ছাড়। বেশ লাল করিয়া কষ। জল দাও। তারপরে আলু ও কপিগুলি ছাড়। নুন দাও। আলু সিদ্ধ হইয়া আসিলে নারি-কেল-দুধ ঢালিয়া দাও। ঘিয়ের উপরে থাকিলে নামাইবে।

৪৮১। ওলকপির কারী।

প্রণালী।—ওলকপির কারী উপরোক্ত প্রণালীতে করিতে হইবে।

৪৮২। শাককপির কারী।

প্রণালী।—শাককপির * কারী ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে রাঁধিবে। ইহাতে একটু টক দিলে খাইতে ভাল লাগিবে। অনেকটা কলাইশুটির কারীর মত লাগিবে।

৪৮৩। ছানার কারী।

উপকরণ।—ছানা আধ সের, আলু আটটী, ঘি তিন পোয়া, ধনে এক ছটাক, আদা আধ ছটাক, শুক্নালঙ্কা বারটী, হলুদ পাঁচ গিরা, পেঁয়াজ এক পোয়া, দই আধ পোয়া, জল তিন পোয়া, নুন প্রায় তিন কাঁচ্চা, তেঁতুল আধ ছটাক।

প্রণালী।—দুই ইঞ্চি লম্বা, এক ইঞ্চি চওড়া এবং আধ ইঞ্চি পুরু করিয়া ছানা কাট। আলুর খোসা ছাড়াইয়া আধখানা করিয়া বানাইয়া ধুইয়া রাখ।

এক ছটাক পেঁয়াজ লম্বাদিকে কুচিকাটিয়া রাখ। বাকী পেঁয়াজ, হলুদ, ধনে, আদা ও শুক্নালঙ্কা সব একত্রে পিষিয়া রাখ।

এক পোয়া ঘি চড়াও। তাহাতে ছানা ভাজিয়া উঠাও। পরে আলু লাল করিয়া ভাজিয়া উঠাও। এবারে পেঁয়াজ লাল করিয়া ভাজিয়া উঠাও। এই ভাজা ঘিয়ের উপরেই বাকী সমস্ত ঘিটা ঢালিয়া

* ব্রুসেল স্প্রাউটকে আমরা শাককপি বা বেঁ[illegible]পি বলি। ইহার কপি এবং শাক দুইই খাইতে অত্যন্ত মিষ্টি লাগে।

দাও। পেষা মশলা সবটা ছাড়। মশলা লাল করিয়া কষ। তার-পরে দই দাও। বেশ লাল হইয়া আসিলে জল দাও, নুন দাও। এবারে আলুগুলি ছাড়। আলুগুলি সিদ্ধ হইয়া আসিলে ছানা দাও। তারপরে তেঁতুল-গোলা দাও। ঘিয়ের উপরে থাকিলে নামাও।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি দুয়েতেই খাওয়া চলে।

৪৮৪। ঝিঙ্গা আমের কারী।

উপকরণ।—কচি ঝিঙ্গা দুটী, আলু চারিটী, ছোট কাঁচা আম তিনটী, পেঁয়াজ পাঁচটী, হলুদ দেড় গিরা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, নুন প্রায় পোন তোলা, জল আধ সের, তেল বা ঘি দেড় ছটাক।

প্রণালী।—ঝিঙ্গার খোসা ছাড়াইয়া আটটুকরা করিয়া বানাও। আলুর খোসা ছাড়াইয়া চারটুকরা করিয়া বানাও। কাঁচা আমের খোসা ছাড়াইয়া আধ খানা করিয়া কাট। সব ধুইয়া রাখ।

একটি পেঁয়াজ লম্বাকুচি কাট।

বাকী চারিটী পেঁয়াজ, হলুদ ও শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ।

তেল চড়াও। পেঁয়াজ-কুচি ছাড়। পেঁয়াজ আধা-ভাজা হইলে পর, পেষা মশলা ছাড়। মশলাটাকে বেশ লাল করিয়া কষিয়া তারপরে আলু ও ঝিঙ্গা ছাড়। ঢাকা দাও। ইহার জল ইহাতে মরিয়া গেলে পর আরো দু তিন বার নাড়া চাড়া করিয়া জল দাও। নুন দাও। আলু বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে আম দাও। তারপরে জল মরিয়া তেলের উপরে থাকিলে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি, রুটী সবেতেই খাওয়া চলে।

৪৮৫। ধুঁধুলের কারী।

প্রণালী।—উপরোক্ত প্রণালীতে ধুঁধুলের কারী রাঁধিতে হইবে।

৪৮৬। লাউয়ের মালাইকারী।

উপকরণ।—বড় নারিকেল একটি, লাউ আধসের, আলু চারিটী, ঘি আধ পোয়া, জল এক পোয়া, পেঁয়াজ আধ পোয়া, আদা আধ তোলা, শুকালঙ্কা তিনটী, দারচিনি সিকি তোলা, ছোট এলাচ একটী, লঙ্গ চারিটী, জৈত্রী একটুকরা, কাঁচালঙ্কা চারিটী, নুন প্রায় দশ আনি ভর, নেবু দুটী।

প্রণালী।—লাউয়ের খোলা ছাড়াইয়া দুই ইঞ্চি লম্বা ও এক ইঞ্চি চওড়া করিয়া কাট। আলুগুলি দুটুকরা করিয়া কাটিয়া ধুইয়া রাখ।

নারিকেল কুরিয়া তাহার দুধ বাহির কর। তারপরে এই ছিবড়াতে আরো এক পোয়া জল দিয়া সমস্ত দুধটা বাহির কর। খাঁটি দুধটুকু আলাদা রাখ, আর জোলো দুধটা আলাদা রাখ।

এক ছটাক পেঁয়াজ লম্বাকুচি-করিয়া কাট। বাকী এক ছটাক পেঁয়াজ, আদা, শুকালঙ্কা একত্রে পিষিয়া রাখ।

ঘি চড়াইয়া তাহাতে আলুগুলি কষিয়া উঠাও। তারপরে গরম-মশলা ও পেঁয়াজ-কুচি ছাড়; লাল হইয়া আসিলে বাঁটা-মশলা ছাড়। খুব কষিতে থাক। নারিকেলের জোলো দুধ উহাতে ক্রমে ক্রমে দিয়া লাল করিয়া কষ। তারপরে লাউগুলা ছাড়। হাঁড়ি ঢাকা দাও। ইহার জল বাহির হইয়া ইহাতেই মরিয়া গেলে আলু দাও। বাকী নারিকেলের জোলো দুধটা দাও। নুন দাও। কাঁচালঙ্কা দাও। আলু সিদ্ধ হইয়া গেলে নেবুর রস ইচ্ছামত দাও। তারপরে নারিকেল-দুধ দিয়া একবার নাড়িয়া নামাইয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত ও লুচি, রুটী সবেতেই খাওয়া চলে।

৪৮৭। পাকা শসার কারী।

প্রণালী।—পাকা শসার মাঝের বুকো ফেলিয়া ঠিক লাউয়ের মত বানাইয়া উপরোক্ত প্রকারে মালাইকারী রাঁধিলে অতি উপাদেয় হয়।

৪৮৮। কাঁচা কলাইশুটির কোপ্তাকারী।

উপকরণ।—আদা আধ তোলা, পেঁয়াজ এক ছটাক, হলুদ দু গিরা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, নুন প্রায় আধ তোলা, দু ছড়া তেঁতুল, ঘি দেড় ছটাক, জল পাঁচ ছটাক, সরিষা আধ তোলা, ধনে আধ তোলা।

প্রণালী।—কেটি পেঁয়াজ কুঁচাইয়া রাখ।

আদা, বাকী পেঁয়াজগুলি, হলুদ, শুক্নালঙ্কা, সরিষা ও ধনে একত্রে পিষিয়া রাখ।

তেঁতুল এক ছটাক জলে ভিজাইতে দাও।

প্রথম খণ্ডের ২৫৬ পৃষ্ঠায় কাঁচা কলাইশুটির কোপ্তা যেরূপে প্রস্তুত করিতে হয় লেখা গিয়াছে, এস্থলেও সেইরূপ কলাইশুটির কোপ্তা করিতে হইবে।

ঘি চড়াইয়া তাহাতে পেঁয়াজ-কুঁচি ছাড়। পেঁয়াজ আধ-ভাজা রকম হইলে মশলা-বাঁটা ছাড়। বেশ লাল করিয়া জলের ছিটা দিয়া দিয়া কষা হইলে পর, পাঁচ ছটাক জল দাও। নুন দাও। ফুটিয়া উঠিলে তেঁতুল-গোলা ঢালিয়া দাও। আরো দু ফুট ফুটিলে কোপ্তা ছাড়। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাও।

৪৮৯। কচিডুমুরের কোপ্তাকারী।

প্রণালী।—প্রথম খণ্ডের ২৪১ পৃষ্ঠায় কচিডুমুরের কোপ্তা দেখ। সেইরূপ প্রণালীতে কোপ্তাগুলি তৈয়ারী করিয়া তারপরে কাঁচ-কলাইশুটির কোপ্তাকারীর প্রণালীতে কারী রাঁধ।

৪৯০। নিরামিষ ডিমের বড়ার কারী।

প্রণালী।—প্রথম খণ্ডের ২৩৬ পৃষ্ঠায় "মিছাবড়া" করিবার প্রণালী দেখিয়া প্রথমে বড়া প্রস্তুত করিবে। তারপরে কারী রাঁধিতে হইবে।

উপকরণ।—ঘি দেড় ছটাক, আলু তিনটী, পেঁয়াজ দেড় ছটাক, আদা আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা দুটী, হলুদ দেড় গিরা, জল প্রায় দেড় পোয়া, আমচুর তিন চারটুকরা, নুন আধ তোলা।

প্রণালী।—আলুগুলা ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। একটি বড় পেঁয়াজ লম্বা দিকে কুচি করিয়া ধুইয়া রাখ।

হলুদ, বাকী পেঁয়াজগুলি, আদা ও শুক্নালঙ্কা একত্রে পিষিয়া রাখ। আমচুরগুলি ধুইয়া রাখ।

সব ঘিটা চড়াও। ঘিয়ে আলুগুলি লাল করিয়া ভাজিয়া উঠাও। মিনিট চারের মধ্যে হইয়া যাইবে। পেঁয়াজ-কুচি ছাড়। পেঁয়াজ অল্প লাল্‌চে রকম হইয়া আসিলে উহাতেই পেষা মশলা ছাড়। জলের ছিটা দিয়া দিয়া মিনিট সাত ধরিয়া কষ। বেশ লাল হইয়া আসিলে ভাজা আলুগুলি ছাড়িবে। দু তিনবার নাড়িয়া এক পোয়াটাক জল দিবে। মিনিট তিন ফুটিলে পর বড়গুলা ছাড়িবে। আমচুর দিবে। নুন দিবে। মিনিট ছয় সাত পরে নামাইবে।

LIBRARY
14 AUG 1903
WRITERS

৪৯১। ইঁচড়ের কোপ্তাকারী।

উপকরণ।—কচি ইঁচড় এক পোয়া, কাঁচালঙ্কা তিনটী, শুক্নালঙ্কা একটি, ধনে সিকি তোলা, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ চারিটী, ছোট এলাচ তিনটী, জায়ফল আধ খানা, আদা আধ তোলা, ছানা আধ পোয়া, শফেদা দেড় কাঁচ্চা, ঘি তিন ছটাক, লুন সিকি তোলা, জল একসের।

কারী।—হলুদ সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা তিনটী, আদা এক তোলা, বাদাম পাঁচটা, ডেলাক্ষীর এক কাঁচ্চা, জাফরান তিন রতি, ছোট এলাচ দুইটা, লঙ্গ চারিটা, দারচিনি সিকি তোলা, পাকা তেঁতুল এক ছড়া, তেজপাতা একটা, দই আধ ছটাক, জল তিন ছটাক।

প্রণালী।—কচি দেখিয়া একটি ইঁচড় লইবে। হাতে সরিষা তেল মাখিয়া ইঁচড়টী কাটিয়া ফালা ফালা কর। ইহার মধ্য হইতে এক পোয়া ইঁচড় ওজন করিয়া লও। ইঁচড়ের পরিষ্কার করিয়া খোলা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা আকারে বানাও। এক সেরটাক্ জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। ইঁচড় সিদ্ধ হইতে প্রায় মিনিট কুড়ি পঁচিশ সময় লাগিবে।

কাঁচালঙ্কা কয়টা ও আদাটুকু কিমা অর্থাৎ খুব কুচি করিয়া লও। ধনেগুলি কাঠখোলায় চমকাইয়া তারপরে গুঁড়াইয়া রাখ। দারচিনি, লঙ্গ, ছোট এলাচ, জায়ফল ফাঁকি করিয়া অর্থাৎ গুঁড়াইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া লও। শুক্নালঙ্কা বাঁটিয়া রাখ। তেঁতুলটুকু এক ছটাক জলে ভিজাইয়া রাখ।

সিদ্ধ ইঁচড়গুলি একটু ঠাণ্ডা হইলে হাত দিয়া চটকাইয়া লও। ইহার সহিত ছানাও চটকাইয়া মাথ। কিমা আদা ও কাঁচালঙ্কা, নুন, শুক্নালঙ্কা-বাঁটা, শফেদা, গুঁড়ান ভাজা ধনে এবং ফাঁকি গরম-মশলার অর্দ্ধেকটুকু এইগুলিও ইঁচড়ের সহিত মাথিয়া লও। চৌদ্দটা গোল্লা কর।

তৈয়ে তিন ছটাক ঘি চড়াও। ঘি কড়াইয়া লইয়া ঘিয়ের তৈ নামাইয়া তাহাতে চার পাঁচটী করিয়া গোল্লা ছাড়। তারপরে ফের তৈ আগুনে চড়াও। বেশ লাল হইলে সেগুলি নামাইয়া আবার বাকীগুলি ভাজিবে। এইরূপে ইঁচড়ের কোপ্তা প্রস্তুত হইল।

এবারে কারী বা ঝোল করিতে হইবে।

হলুদ, শুক্নালঙ্কা, আদা ও বাদাম পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে করিয়া আধপোয়াটাক কোপ্তাভাজা-ঘি চড়াও। ডেলাক্ষীরটুকু ভাজিয়া উঠাও। ঐ ঘিয়ে এক খানা তেজপাতা, দুইটা ছোট এলাচ, লঙ্গ চারিটা, সিকি তোলা দারচিনি ছাড়। গরমমশলা দু তিন মিনিটের মধ্যে ফট্‌ফট্ করিলে হলুদ প্রভৃতি পেষা মশলা ছাড় এবং এই সঙ্গে দইও দাও। মিনিট পাঁচ সাত পরে মশলার জলটুকু মরিয়া গেলে নুন ও জাফরান দাও। ক্রমে কষিয়া বেশ লাল হইয়া আসিলে আধপোয়া জল দাও। ফুটিয়া উঠিলে ইহার উপর কোপ্তাগুলি সাজাইয়া দাও। তারপরে তেঁতুল গোলা ঢালিয়া হাঁড়ি হিলাইয়া দিবে। জলটুকু মরিয়া ঘিয়ের উপরে থাকিলে নামাইবে।

৪৯২। মোচার কোপ্তাকারী।

প্রণালী।—ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে রাঁধিতে হইবে।

৪৯৩। মিহিকারী।

উপকরণ।—বেশন এক পোয়া, জল আধ সের, রশুন একটী, জীরা দুয়ানি ভর, ধনে প্রায় এক তোলা, হলুদ আধ গিরা, শুক্নালঙ্কা চারিটা, হিং তিন রতি, বড় পেঁয়াজ দুইটী, ঘি আধ পোয়া, নুন প্রায় এক তোলা।

প্রণালী।—পেঁয়াজ দুটীর খোসা ছাড়াইয়া লম্বা দিকে কুচি করিয়া কাট। সিকি তোলা ধনে কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া রাখ।

রশুন, জীরা, অবশিষ্ট ধনে, হলুদ, শুক্নালঙ্কা সব একত্রে মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

আধ পোয়া ঘি চড়াও। উহাতে পেঁয়াজ-কুচি ঈষৎ লাল করিয়া ভাজ। ইহাতেই পেষা মশলা ছাড়। নাড়িয়া ক্রমে ক্রমে বেশনগুলি ইহাতে ঢালিয়া দাও। সব বেশ মিশিয়া গেলে পর ভাজা ধনে, নুন ও জল দাও। হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। ফুটিয়া ফুটিয়া বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাও।

৪৯৪। আনারসের বিহাঙ্গ।

উপকরণ।—একটি আনারস, আলু ছয়টী, ঘি তিন ছটাক, আদা এক গিরা, কাঁচালঙ্কা পাঁচটা, হলুদ এক গিরা, ছোট এলাচ দুটি, লঙ্গ ছয়টী, দারচিনি সিকি তোলা, জায়ফল সিকি খানা, জল আধ পোয়া, প্রায় পোন তোলা নুন।

প্রণালী।—আনারসের খোলা ছাড়াইয়া তারপরে চোখ কাটিয়া চিরিয়া ফেল। * ইহার ভিতরের বুকা কাটিয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। আলুগুলি চারখানা করিয়া কাট। আদা, শুক্নালঙ্কা আর হলুদ পিষিয়া রাখ। গরমমশলার অর্দ্ধেকগুলি আস্ত থাকিবে আর অর্দ্ধেকগুলি গুঁড়া করিয়া রাখিতে হইবে। জায়ফলটুকুও গুঁড়াইয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। ঘি গরম হইলেই তাহাতে আস্ত গরমমশলাগুলা ছাড়। তিন মিনিট পরে আলু ছাড়। আলুর উপরে যখন অল্প কোঁচকান ভাব দেখিবে অর্থাৎ বুঝিবে অল্প ভাজা হইয়াছে তখন উঠাইবে। আলু কষিতে প্রায় পাঁচ ছয় মিনিট লাগিবে। আনারসগুলি ইহাতেই ছাড়িবে এবং নাড়িয়া দিবে। আনারসগুলি অল্প ভাজা ভাজা হইলে উঠাইয়া ফেল। আনারস ভাজিতে প্রায় সাত আট মিনিট লাগিবে। ঐ ঘিয়েতেই পেষা মশলাগুলি ছাড়; মশলা দু তিন মিনিট কষিয়া তারপরে উহাতে আলু ও আনারস ছাড়িয়া দাও। নুন দাও। দু চারবার নাড়িয়া, জল দাও। এই জলটুকু মরিয়া গিয়া ঘিয়ের উপরে ভাসিতে থাকিলেই নামাইয়া, গরমমশলার গুঁড়া দিয়া, তারপরে ঢাকিয়া রাখ।

পঞ্চদশ অধ্যায়।

দোল্মা।

প্রয়োজনীয় কথা।

দোল্মা।—কারী, কালিয়া, এবং চপ প্রভৃতির সংমিশ্রণে দোল্মা প্রস্তুত হয়।

শবজী।—পটোল, বেগুন, পেঁয়াজ, ঝিঙ্গা, ধুঁদুল, বিলাতী বেগুন, শসা, কচুরমুখী, করোলা প্রভৃতি শবজীর দোল্মা করা হয়। শবজীর বোঁটার কাছে কাটিয়া একটি বাঁশের চেয়ারী বা আঙ্গুলে করিয়া তাহার ভিতরের শাঁস ও বিচি বাহির করিয়া ফেলিবে। কখন বা শবজীর গায়ে লম্বাভাবে অল্প চিরিয়া ভিতরের শাঁস প্রভৃতি বাহির করিতে হয়। তারপরে ইহার ভিতরে পুর ভরিয়া স্থতা দিয়া বাঁধিয়া দেওয়া হয় অথবা কাটি দিয়া বিঁধিয়া আটকাইয়া রাখা হয়, যাহাতে ভিতরের পুর বাহিরে আসিয়া না পড়ে। ইহাকেই দোল্মা বলা যায়।

দোল্মার পুরটা বেশ রুচিকর করিতে হইবে, তাহা হইলে খাইতে ভাল লাগিবে।

দোল্মাতে কারীর অন্যান্য মশলার সহিত কালিয়ার গরমমশলাও দিতে হয়।

রাঁধিবার প্রণালী।—প্রথমে দোল্মা ঘিয়ে ভাজিয়া উঠাইবে। তারপরে কারী কালিয়ার মত রাঁধিয়া দোল্মাগুলি তাহাতে ছাড়িয়া দিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি সবেতেই খাওয়া চলে।

৪৯৫। বেগুনের দোল্মা।

উপকরণ।—মাঝারি ধরণের বেগুন ছয়টী, আদা দেড় গিরা, ধনে এক কাঁচ্চা, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা চারিটী, জীরা সিকি কাঁচ্চা, ছোট এলাচ দুটি, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ ছয়টী, গোলমরিচ-গুঁড়া দুয়ানি ভর, নুন প্রায় আধ তোলা, দই এক ছটাক, ছোলার ছাতু সিকি তোলা, ঘি আধ ছটাক, তেল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—মাঝারি ধরণের বেগুন আনিয়া সেগুলিকে লম্বাদিকে একটু চিরিয়া ভিতরের শাঁস বাহির করিয়া রাখ; কিন্তু এমন চিরিবেনা যাহাতে দু-আধখানা হইয়া যায়।

আদা ও ধনে আলাদা আলাদা বাঁটিয়া রাখ। হলুদ ও দুটী শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ, আর বাকী দুইটী লঙ্কা গুঁড়া কর। একটি ছোট এলাচ, দারচিনি দুয়ানি ভর, তিনটী লঙ্গ গুঁড়াইয়া রাখ।

বেগুনের শাঁসে আধ গিরা আদা-বাঁটা, এক কাঁচ্চা দই, নুন তিন আনি ভর এবং গুঁড়া লঙ্কা মাখ। ঘি চড়াও; তাহাতে জীরা ফোড়ন দাও; বেগুনের শাঁস ছাড়। তারপরে তিন চার মিনিট নাড়া চাড়া করিবার পর, নুন ও গোলমরিচ-গুঁড়া দিয়া নাড়িয়া

নামাও। তারপরে উহাতে গরমমশলার গুঁড়া দিয়া মাখ। ইহাই বেগুনের 'পুর' হইল। এইবারে বেগুনগুলার ভিতরে পুর ভরিয়া সুতা দিয়া বাঁধ বা কাটি দিয়া বিঁধিয়া দাও।

তেল চড়াইয়া তাহাতে পুরসমেত বেগুনগুলা ভাজিয়া, তোল। তারপরে বাকী যে তেল থাকিবে তাহাতে গোটা গরমমশলা ফোড়ন দাও। এবারে আদা-বাঁটা, ধনে-বাঁটা, হলুদ-বাঁটা, শুক্নালঙ্কা-বাঁটা ও দই ছাড়। দইয়ের জল মরিয়া আসিলে তাহাতে ছাতু দিয়া ফের ভাজা বেগুনগুলা ছাড়। নুন দাও। এক ছটাক জল দাও। এই জলটুকু মরিয়া গিয়া যখন তেলের উপরে থাকিবে তখন নামাইবে।

৪৯৬। বেগুনের দোল্মা।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

প্রণালী।—প্রথম খণ্ডের ২১৪ পৃষ্ঠায় বেগুনের চপ যেরূপে করিতে হয় লেখা গিয়াছে সেইরূপে চপগুলি কর। তারপরে উপ-রোক্ত প্রণালীতে ইহার ঝোল বা কারী প্রস্তুত কর।

৪৯৭। পটোলের দোল্মা।

উপকরণ।—পটোল দশটা, ছানা এক পোয়া, ডেলাক্ষীর আধ কাঁচ্চা, দই এক ছটাক, আদা এক গিরা, হলুদ এক গিরা,

তিনটা, আলু চারিটা, নুন প্রায় দশআনি ভর, ধনে এক তোলা, ছোট এলাচ দুটি, দারচিনি সিকি তোলা, লঙ্গ দুটি, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—পটোলের খোসা ছাড়াইয়া হাতে করিয়া দলিয়া দলিয়া প্রথমে নরম কর। তারপরে ইহার মুখের বোঁটা কাটিয়া সমুদয় বিচিগুলি বাহির কর। সিকি তোলা ধনে, একটি শুকালঙ্কা অল্প কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়া করিয়া রাখ। ছোট এলাচ, দারুচিনি ও লঙ্গ মিহি করিয়া গুঁড়াও।

আধ তোলা ধনে, শুকালঙ্কা তিনটী, হলুদ ও আদা সব পিষিয়া রাখ।

আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে ছানা অল্প লাল করিয়া ভাজ। ছানা নামাইয়া ইহাতে প্রায় ছয়ানি ভর নুন, গরমমশলার গুঁড়া, লঙ্কা ও ধনের গুঁড়া দিয়া মাখ। এইটাই পুর হইল।

এবারে পটোলগুলার ভিতরে পুর ভরিয়া দাও। ঘি চড়াইয়া তাহাতে পটোলগুলি ভাজিয়া উঠাও। এখন এই ঘিয়েতেই পেষা মশলা সবটুকু, ক্ষীর ও দই ছাড়। মিনিট দশ ধরিয়া বেশ লাল করিয়া কষ। আলুগুলি ছাড়। দু তিনবার নাড়িয়া তারপরে জল দাও। নুন দাও। মিনিট পনেরর ভিতরে আলু সিদ্ধ হইয়া আসিলে হাঁড়ির ভিতরে বেশ সাজাইয়া পটোলগুলা ছাড়িবে। জলটা সব মরিয়া ঘিয়ের উপরে থাকিলে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি দুয়েতেই খাওয়া চলে।

৪৯৮। করোলার দোল্মা আচার।

উপকরণ।—করোলা সাতটী, তেঁতুল দু ছড়া, ধনে আধ ছটাক, শুক্লালঙ্কা চারিটা, হলুদ দু গিরা, রসুন একটি, পেঁয়াজ পাঁচটা, আমচুর দশ বারটা, তেল আড়াই ছটাক, নুন পোন তোলা, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—করোলার ভাল করিয়া খোসা ছাড়াইয়া ফেল। প্রত্যেক করোলার লম্বাদিকে পটোলের মত করিয়া একটি চির দিয়া ভিতরের বিচি সব বাহির করিয়া ফেল। অথবা মুখের কাছে কাটিয়া হাত দিয়া দলিয়া দলিয়া ইহার বিচি বাহির করিতেও পার। তেঁতুলের সহিত সিকি তোলা নুন মাখ। এক এক লোটী তেঁতুল এই করোলার ভিতরে পুরিয়া রাখ। সবগুলার ভিতরে তেঁতুল পোরা হইয়া গেলে আরো দুয়ানি ভর নুন লইয়া করোলার উপরে মাখ।

এইবারে তিন পোয়া জলে করোলাগুলি সিদ্ধ করিতে দাও। জল টগবগিয়া ফুটিয়া উঠিলে অমনি করোলা নামাইয়া লইবে। আর অধিক সিদ্ধ করিবে না।

করোলাগুলা আল্‌গাভাবে নিংড়াইয়া জল বাহির করিয়া ফেল। অমনি ইহার ভিতর হইতে তেঁতুলও বাহির কর।

একটি পেঁয়াজ কুচাইয়া রাখ।

হলুদ, ধনে ও লঙ্কা আধ-গুঁড়া কর।

আধ ছটাক তেল চড়াইয়া পেঁয়াজ-কুচি লাল করিয়া ভাজিয়া

লাল করিয়া সাঁতলাইয়া নামাও। পেঁয়াজ, ধণে, লঙ্কা ও হলুদ এবং রসুন বাঁটিয়া রাখ। আমচুরগুলিও বাঁটিয়া এই মশলার সহিত একত্রে মিশাও। এখন এই মশলাকে তিন ভাগ কর। এক ভাগ আলাদা রাখিয়া দাও আর দুই ভাগ একত্রে মিশাইয়া রাখ। এই দুই ভাগ মশলা হইতে খানিক খানিক লইয়া প্রত্যেক করোলার ভিতরে পুর দাও। যদি করোলা লম্বাদিকে চিরিয়া থাক তো সুতা দিয়া বাঁধ, আর মুখের কাছে কাটিয়া থাক তো দুইটা কাঠি দুই দিক দিয়া ঠিক সংযোগ চিহ্নের (+) ন্যায় করিয়া বিঁধিয়া দাও।

এইবারে তেল চড়াইয়া করোলাগুলা লাল করিয়া ভাজ। ইহার জলীয় অংশ আদতেই যেন না থাকে।

এইবারে আরো চারিটা পেঁয়াজ কুচি কর।

করোলা ভাজা হইয়া গেলে উঠাইয়া ঐ তেলে পেঁয়াজ-কুচি ছাড়। পেঁয়াজ লাল করিয়া ভাজা হইলে, অবশিষ্ট এক ভাগ (যাহা আলাদা রাখা হইয়াছে) মশলা ছাড়। মশলা লাল হইলে, কষা মশলা করোলার উপরে ঢালিয়া দাও। এখন একটি ভাঁড় বা বুয়েমে রাখিয়া দাও। ভাল করিয়া মুখ বন্ধ করিয়া রাখিবে যেন হাওয়া না ঢোকে।

ভোজন বিধি।—ইহা তিন চার দিন বাসী করিয়া খাইবে।

৪৯৯। পেঁয়াজী দোল্মা কারী।

উপকরণ।—বড় পাটনাই পেঁয়াজ দুটী, গোলমরিচ এক তোলা, ছোট এলাচ আটটা, আনারের (দালিম বা বেদানার বিচি) এক

শাদা জীরার গুঁড়া আধ তোলা, চারি রকম জোয়ানের গুঁড়া মিলাইয়া পোন তোলা. বেশন আধ পোয়া, ঘি আধ পোয়া, জল এক ছটাক। এইগুলা দোল্মার মশলা।

হলুদ-গুঁড়া আধ তোলা, ধনে-গুঁড়া আধ তোলা, শুক্‌নালঙ্কা-গুঁড়া পোন তোলা, ঘি এক ছটাক, নেবু একটি, নুন আধ তোলা। এই-গুলি কারীর মশলা।

প্রণালী।—পাটনাই পেঁয়াজের মধ্যে যতটা পার বড় দেখিয়া বাছিয়া পেঁয়াজ লইবে। পেঁয়াজের খোসা ছাড়াইয়া এমনি আস্তই জলে ভাপাইতে দাও। মিনিট দশের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া পেঁয়াজগুলি জল হইতে উঠাও। পেঁয়াজ ঠাণ্ডা হইয়া আসিলে পর ইহার পাপড়ি এক এক করিয়া খোল। প্রথমে পেঁয়াজের গায়ে লম্বাদিকে একটা আলগাভাবে চির দাও, যাহাতে সবটা একবারে আধখানা হইয়া কাটিয়া না যায়, অথচ সহজে পাপড়িগুলি খুলিতে পারা যায়। পেঁয়াজের একটি পাপড়ি খুলিলে ক্রমে অন্যগুলা বেশ সহজে খোলা যাইবে। এই এক একটা পাপ-ড়িতে এক একটা দোল্মা হইবে। ভিতরের ছোট ছোট পেঁয়াজের কোয়াগুলি রাখিয়া দাও।

এবারে পুর প্রস্তুত কর। গোলমরিচ আধ-গুঁড়া কর। ছোট এলাচের গুঁড়া, নুন, ধনে গুঁড়া, জীরা গুঁড়া, জোয়ান গুঁড়া সব একত্রে মিশাও। প্রত্যেক পাপড়িতে পুর ভরিয়া দিয়া ক্রমে পাপ-ড়িটা একধার হইতে গড়াইয়া লইয়া মুড়িয়া ফেল। সব পাপড়িগুলির ভিতরে এই রকমে পুর ভরিয়া দোল্মা কর।

একটি পাত্রে বেশন গোল। প্রত্যেক দোল্মা বেশনে ডুবাও।

বাকী যে ঘিটুকু থাকিবে তাহাতেই আরো এক ছটাক ঘি দাও। পেঁয়াজের পাপড়ির ভিতর হইতে যে ছোট ছোট কুঁচি পেঁয়াজ বাহির হইয়াছে সেইগুলি এই ঘিয়ে ছাড়। বেশ লাল করিয়া ভাজা হইলে মশলা-গুঁড়া দাও আর অল্প জল দাও। মশলা কষ। নুন দাও। তারপরে আধ পোয়া জল দাও। জল মরিয়া মশলা ঘিয়ের উপরে থাকিলে দোল্মা সাজাইয়া দাও। তারপরে নেবুর রস ইহার উপরে দিয়া নামাইয়া রাখ।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি সবেতেই খাইতে দেওয়া যায়।

৫০০। পেঁয়াজী দোল্মাকারী।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

প্রণালী।—প্রথম খণ্ডের ২৩৪ পৃষ্ঠায় "পেঁয়াজের দোল্মা ভাজি" দেখিয়া উহার অনুরূপ দোল্মা প্রস্তুত করিবে। তারপরে উপরোক্ত প্রণালীতে কারী প্রস্তুত করিবে।

৫০১। কচুরমুখীর দোল্মা।

উপকরণ।—কচুরমুখী আধসের, ছাড়ান কলাইশুটি আধ পোয়া, ঘি দেড় ছটাক, জীরা আধ তোলা, ধনে আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা চারিটা, হিং তুই রতি, তেজপাতা তু খানি, নুন প্রায় দশ আনি ভর, কাঁচালঙ্কা তিনটী, গরমমশলার গুঁড়া তুয়ানি ভর।

প্রণালী।—কলাইশুটি তুইবার পিষিয়া রাখ। জীরা, ধনে ও শুক্নালঙ্কা কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া রাখ। কাঁচালঙ্কা কুঁচাইয়া রাখ।

আধ বিঘৎ লম্বা এক সমান দেখিয়া কচুরমুখী আনিবে। কচুরমুখীগুলি যেন বেশ গোল গোল হয়। ইহার খোসা ভাল করিয়া ছাড়াইয়া আড়ে আধখানা করিয়া কাট। একটা বাকারির চেয়ারী দ্বারা ইহার ভিতরে কুরিয়া খুব ভাল করিয়া ধুইয়া রাখ।

ধনে আধ ছটাক, শুক্নালঙ্কা পাঁচটা, হলুদ তু গিরা, আদা এক তোলা, সব পিষিয়া রাখ।

দেড় ছটাক ঘি চড়াও, ঘিয়ে তেজপাতা ও হিংটুকু ফোড়ন দিয়া কলাইশুটি-বাঁটা ছাড়। নুন দাও। মিনিট সাত নাড়িতে নাড়িতে বেশ রংটা গাঢ় হইয়া আসিলে নামাও। এখন ইহাতে জীরা, ধনে ও শুক্নালঙ্কার গুঁড়া মাখ, কাঁচালঙ্কা কুচিও মিশাও।

এখন কচুরমুখীর ভিতরে পুর ভরিয়া তুইটী লম্বা কাটি দিয়া বিঁধিয়া দাও অথবা সুতা দিয়া বাঁধিয়া দাও।

এইবারে কচুরমুখীগুলি তেল চড়াইয়া ভাজ।

আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে পেষা মশলা ছাড়; বেশ লাল

করিয়া কষ। দই ও নুন দাও। দইয়ের জল মরিয়া গেলে এবং বেশ লাল করিয়া কষিবার পর এক পোয়া জল দাও। দোল্মাগুলি ছাড়। দোল্মাগুলি সিদ্ধ হইয়া আসিলে দুই ছড়া তেঁতুল গুলিয়া উহাতে ছাড়। ফুটিয়া বেশ মাথ মাথ হইলে নামাও।

৫০২। ইঁচড় বা মোচার পুর।

দোল্মার জন্য দু তিন রকমের পুর নিম্নে দেওয়া গেল। এই সকল পুর পটোল প্রভৃতির ভিতর পুরিয়া নানা রকমের দোল্মা করিতে পার।

উপকরণ।—ইঁচড় বা মোচা এক পোয়া, নুন সিকি তোলা, কাঁচালঙ্কা তিনটী, জীরা সিকি তোলা, জল আধ সের, ঘি আধ ছটাক।

প্রণালী।—ইঁচড় বা মোচার খোলা ছাড়াইয়া কুঁচাইয়া রাখ। জীরাগুলি কাঠখোলায় চমকাইয়া রাখ।

ইঁচড় বা মোচা আধ সের জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট কুড়ির মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। তারপরে ইহার জল ঝরাইয়া বাঁটিয়া লও।

আধ ছটাক ঘি চড়াইয়া ইঁচড় বা মোচাগুলি ভাজা ভাজা কর। এই সময় ইহাতে সিকি তোলাটাক নুন ও কাঁচালঙ্কা কুচি ছাড়। দু তিনবার নাড়িয়া নামাও ; তারপরে জীরা-গুঁড়া মিশাইয়া লও।

৫০৩। নারিকেলী পুর।

উপকরণ।—ঘি আধ ছটাক, কুড়িটী কিসমিস, বাদাম পাঁচটা, নারিকেল আধ কাঁচ্চা, পেঁয়াজ এক ছটাক, কাঁচালঙ্কা দুটী, পুদিনার চার পাঁচ ডাল, গোলমরিচ গুঁড়া দুয়ানি ভর, নুন তিন আনি ভর।

প্রণালী।—আধ ছটাক পেঁয়াজ স্লাইস স্লাইস করিয়া কাট। কিসমিসগুলি কুঁচাও। বাদাম ও নারিকেল বাঁটিয়া রাখ। পুদিনা ও কাঁচালঙ্কা কিমা কর।

ঘি চড়াইয়া তাহাতে শ্লাইস-কাটা পেঁয়াজ ছাড়। ঘিয়ে পেঁয়াজগুলি মিনিট চার নাড়াচাড়া করিয়া কিসমিস-কুচি ছাড়। আরো দু তিন মিনিট ভাজিয়া নামাও। এই ভাজা পেঁয়াজ ও কিসমিস ভাজার সহিত বাদাম-বাঁটা ও নারিকেল-বাঁটা, কিমা পুদিনা ও কাঁচালঙ্কা, গরমমশলার গুঁড়া, গোলমরিচ-গুঁড়া ও নুন সব একত্রে মাখ।

৫০৪। মোচার পুর।

উপকরণ।—মোচা এক পোয়া, ধনে-বাঁটা আধ তোলা, নুন প্রায় আধ তোলা, কাঁচালঙ্কা তিনটী, ঘি এক ছটাক, তেজপাতা এক খানা, জীরা সিকি তোলা, ময়দা আধ কাঁচ্চা, জল আধসের।

প্রণালী।—মোচা কুঁচাইয়া জলে ফেলিয়া রাখ। কাঁচালঙ্কা

কুঁচাইয়া রাখ। জীরামরিচ ও ধনে বাঁটিয়া রাখ।

মোচাগুলি আধসের জলে সিদ্ধ করিতে দাও। প্রায় মিনিট কুড়ি সিদ্ধ হইলে পর নামাইয়া জল ঝরাইয়া ফেল। হাতে করিয়া কস্‌টাইয়া মোচাগুলি ভাঙ্গিয়া লও। ইহাতে জীরামরিচ-বাঁটা, ধনে-বাঁটা, নুন ও কাঁচালঙ্কা-কুঁচি সব একত্রে মাখ।

ঘি চড়াও। ঘিয়ে তেজপাতা ফোড়ন দাও। ঘিয়ের ধোঁয়া বাহির হইলে জীরা ছাড়িবে। তারপরে মোচা ঢালিয়া নাড়া চাড়া কর। একটু ভাজা ময়দা দাও। বেশ থকথকে হইয়া আসিলে নামাইয়া রাখিবে।

ষষ্ঠদশ অধ্যায়।

দমপক্ত।

প্রয়োজনীয় কথা।

দমপক্ত।—দমপক্ত রাঁধিলে কালিয়ার মত দেখিতে হয়। কিন্তু ইহার রাঁধিবার প্রণালী একেবারে স্বতন্ত্র। ইহা কেবল দমে পাক করা হয় বলিয়া ইহার নাম "দমপক্ত" হইয়াছে।

শবজী।—ফুলকপি, ওলকপি ও আলুর দমপক্ত হয়। ছানারও দমপক্ত রাঁধিয়া থাকি।

মশলা।—ইহাতে বেশী ঘি লাগে। দই, ধনে, জাফরান, পেঁয়াজ, শুষ্কালঙ্কা, আদা, বাদাম, কিসমিস, খোয়াক্ষীর, নুন, ছোট এলাচ, লঙ্গ, দারচিনি এই মশলাগুলি ইহাতে দরকার হয়।

ইহা দেখিতে যেমন হয়, খাইতেও সেইরূপ উৎকৃষ্ট হয়। অতি অল্প সময়ের মধ্যে রাঁধা হইয়া যায়।

ভোজন বিধি।—ইহা শুধু খাইতে ভাল। ভাত, লুচিতেও খাওয়া চলে।

৫০৫। ওলকপির দমপক্ত।

উপকরণ।—ওলকপি একটি, ঘি আধ পোয়া, দই আধ পোয়া, ধনে সিকি তোলা, জাফরান তিন রতি, পেঁয়াজ এক ছটাক, শুক্না-লঙ্কা চারিটী, আদা আধ তোলা, বাদাম ছয়টী, কিসমিস দশটী, ডেলাক্ষীর আধ ছটাক, নুন প্রায় আধ তোলা, ছোট এলাচ দুটি, লঙ্গ চারিটী, দারচিনি সিকি তোলা, জল তিন পোয়া।

প্রণালী।—ওলকপি ঠিক মাঝারি রকম দেখিয়া লও, যেন বেশী কচি হয় না আবার খুব পাকাও হয় না। ভাল করিয়া খোসা ছাড়াইয়া আধ-খানা করিয়া কাট। ওলকপি ভাপাইয়া লও।

পেঁয়াজ লম্বাকুচি করিয়া কাট।

ধনে, লঙ্কা, আদা, বাদাম, কিসমিস গুলি সব পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে এক ছটাক ঘি চড়াও। ঘি গরম হইলে ডেলা-ক্ষীরটা ছাড়। অল্প লাল হইতেছে দেখিলেই ডেলাক্ষীরটা উঠাইবে। তারপরে ঐ ঘিয়েই পেঁয়াজ-কুচি ভাজ। এই ভাজা পেঁয়াজ আলাদা রাখ আর পেঁয়াজ-ভাজা ঘিটাও আলাদা রাখ।

এখন হাঁড়িতে দই, পেষা মশলা, নুন, শুক্নাজাফরান ও ভাজা ডেলাক্ষীরটা গুঁড়া করিয়া দাও। বাকী এক ছটাক ঘি, ভাজা পেঁয়াজ এবং তাহার ঘি, দুইটি মুখ-খোলা ছোট এলাচ, লঙ্গ, দার-চিনি ও দেড় ছটাক জল, এই সব একত্রে মিশ্রিত করিয়া ওলকপি হাঁড়ির ঠিক মধ্যস্থানে রাখিয়া দাও। হাঁড়ির মুখ ভাল করিয়া বন্ধ করিয়া দাও। দমে বা নরম আঁচে বসাইয়া দাও। ধীরে ধীরে পাকিতে প্রায় মিনিট পনের লাগিবে। তারপরে হাঁড়ির মুখ খুলিয়া

দেখিবে। এই পনের মিনিটের মধ্যে হাঁড়ি হিলাইয়া দু তিনবার নাড়িয়া দিবে।

৫০৬। ফুলকপির দমপক্ক।

প্রণালী।—ফুলকপির দমপক্কও ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে করিবে। ফুলকপি সিদ্ধ হইয়া যাইবার পর লম্বায় আধখানা করিয়া কাটিবে। তারপরে অন্যান্য মশলা মিশাইয়া যেমন দমপক্ক রাঁধিতে হয় রাঁধিবে।

৫০৭। আলুর দমপক্ক।

উপকরণ।—আলু দশটা, ঘি আধ পোয়া, দই আধ পোয়া, ধনে সিকি তোলা, জাফরান তিন রতি, পেঁয়াজ এক ছটাক, শুষ্কালঙ্কা তিনটী, আদা আধ গিরা, বাদাম ছয়টী, কিসমিস কুড়িটী, ডেলাক্ষীর আধ ছটাক, নুন প্রায় আধ তোলা, ছোট এলাচ দুইটি, লঙ্গ চারিটী, দারচিনি সিকি তোলা, জল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—এক সমান দেখিয়া দশটী আলু খোসা ছাড়াইয়া জলে ভিজাইতে দাও। পেঁয়াজগুলি লম্বাদিকে কুঁচাইয়া রাখ। ধনে, লঙ্কা, আদা, বাদাম ও কিসমিস পিষিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে এক ছটাক ঘি চড়াও। ঘি গলিয়া গেলে তাহাতে ডেলাক্ষীরটা ছাড়িয়া অল্প মাত্র ভাজিয়া লও। একটু

লালচে হইয়া আসিলেই হাঁড়ি নামাইয়া ক্ষীরটা* উঠাইয়া ফেলিবে, এবং ঐ ঘিয়ে আলুগুলি ছাড়িবে। মিনিট সাতের মধ্যে আলু অল্প অল্প ভাজা হইয়া গেলে হাঁড়ি নামাইয়া, আলুগুলি হাঁড়ির মধ্য হইতে উঠাইয়া রাখিবে। অল্প লালচে হইয়া এবং কুচকাইয়া আসিলেই বুঝিবে আলু কষা হইয়া গেল। তারপরে ঐ ঘিয়ে পেঁয়াজ ভাজিবে। ভাজা পেঁয়াজগুলি ঘি থেকে উঠাইয়া রাখিবে এবং ঘিটুকু আলাদা একটী পাত্রে ঢালিয়া রাখিবে।

এই হাঁড়িতে দই, ধনে-বাঁটা, লঙ্কাবাঁটা, আদা-বাঁটা, বাদাম ও কিসমিস-বাঁটা, নুন, জাফরান, আস্ত ভাজা ডেলাক্ষীর (গুঁড়া করিয়া দিবে), বাকী এক ছটাক ঘি, ভাজা পেঁয়াজ ও তাহার ঘিটা, আস্ত দুইটা মুখখোলা ছোট এলাচ, লঙ্গ, দারচিনি ও দেড় ছটাক জল সব একত্রে মিশাইয়া লইয়া ভাজা আলুগুলি ইহাতে ঢালিয়া দাও। হাঁড়ির মুখ বন্ধ করিয়া দিয়া দমে বা নরম আঁচে বসাইয়া দাও। আস্তে আস্তে পাকিতে থাকুক। প্রায় মিনিট পনের পরে হাঁড়ির মুখ খুলিয়া দেখিবে।

ভোজন বিধি।—ভাত, লুচি সবেতেই খাওয়া চলে।

৫০৮। ছানার দমপক্ত।

প্রণালী।—এক পোয়া ছানা তিন চার ভাগে কাটিয়া ঘিয়ে ভাজিতে হইবে। তারপরে উপরোক্ত প্রণালীতে প্রস্তুত করিতে হইবে।

৫০৯। কোপ্তা দমপক্ত।

উপকরণ।—আলু আটটা, ডেলাক্ষীর পাঁচ কাঁচ্চা, কলাইশুটি এক ছটাক, ঘি আধ পোয়া, ময়দা আধ কাঁচ্চা, পেঁয়াজ এক ছটাক, বাদাম দশটা, কিসমিস কুড়িটা, দই আধ পোয়া, ধনে আধ তোলা, জীরা দুয়ানি ভর, শুক্নালঙ্কা চারিটী, কাঁচালঙ্কা তিনটী, ছোট এলাচ তিনটী, লঙ্গ ছয়টা, দারচিনি সিকি তোলা, আদা এক তোলা, জল আধ পোয়া, নুন প্রায় আধ তোলা, জাফরান চার রতি, জায়ফল সিকি খানা।

প্রণালী।—আলুর খোসা ছাড়াইয়া আলু সিদ্ধ করিতে দাও। আলু সিদ্ধ হইতে প্রায় কুড়ি মিনিট লাগিবে। তারপরে নামাইয়া জল ঝরাইয়া, শিলে আলুগুলি পিষিয়া লও। আলুর সহিত এক ছটাক ডেলাক্ষীরও পিষিয়া লও।

কলাইশুটির খোসা ছাড়াইয়া মোলায়েম করিয়া পিষিয়া আলাদা রাখ। পেঁয়াজগুলি ভাজিবার জন্য কুঁচাইয়া রাখ। বাদাম কয়টী ভিজাইয়া খোসা উঠাইয়া ফেল এবং পিষিয়া রাখ। কিসমিসগুলি আলাদা পিষিয়া রাখ। সিকি তোলা ধনে ও দুটী শুক্নালঙ্কা আলাদা আলাদা পিষিয়া লও। আদাটুকুও বাটিয়া রাখ। জায়ফল, একটী ছোট এলাচ, দুইটী লঙ্গ এবং অৰ্দ্ধেকটুকু দারচিনি গুঁড়াইয়া রাখ। দুয়ানি ভর জীরা ও সিকি তোলা ধনে কাঠখোলায় চমকাইয়া রাখ।

কাঁচালঙ্কাকয়টী কুঁচাইয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে এক ছটাক ঘি চড়াও। ঘিয়ে এক কাঁচ্চা ডেলাক্ষীর ভাজিয়া উঠাও। তারপরে ঐ ঘিয়েই পেঁয়াজকুচি ভাজিয়া

উঠাও। বাকী ঘিটা একটী পাত্রে ঢালিয়া রাখিয়া কেবল এক কাঁচ্চাটাক ঘি হাঁড়িতে রাখিয়া দাও। ইহাতেই বাঁটা কলাইশুটি ছাড়। একখানি তেজপাতা ফেলিয়া দাও। কলাইশুটি বেশ করিয়া কষিয়া, উহার কাঁচা হাল্‌সেটে গন্ধ মারিয়া লও।

এইবারে পিটি মাখ। ভাজা পেঁয়াজের অর্দ্ধেকগুলি পিষিয়া রাখ। বাঁটা আলু, বাঁটা ক্ষীর, বাঁটা কলাইশুটি, ভাজা পেঁয়াজ-বাঁটা, দুয়ানি ভর নুন, গরমমশলার গুঁড়া, ধনে ও জীরা গুঁড়া, লঙ্কা-বাঁটার অর্দ্ধেকটা, বাদাম বাঁটার অর্দ্ধেকটা ও কাঁচালঙ্কা-কুচিগুলি সব একত্রে মিশাইয়া শেষে ময়দাটুকু মিলাও। ষোলটা গোল্লা প্রস্তুত কর।

এক ছটাক ঘি চড়াইয়া তাহাতে গোল্লাগুলি ক্রমে ক্রমে ভাজ। লাল্‌চে রকম ভাজা হইলেই নামাইবে।

আর একটি হাঁড়িতে আধ পোয়া দই, ধনে-বাঁটা, বাকী শুক্নালঙ্কা বাঁটাটুকু, আদা-বাঁটা, বাকী বাদাম-বাঁটা, কিসমিস-বাঁটা, আস্ত জাফরান, ভাজা ভেলাক্ষীরটুকু (আধ-গুঁড়া করিয়া), একটি মুখ-খোলা ছোট এলাচ, দুটী লঙ্গ, বাকী দারচিনিটুকু, দুয়ানি ভর নুন, পেঁয়াজ ভাজা ও তাহার ঘিটা এইগুলি সব একত্রে মিশাও। তারপরে ভাজা গোল্লাগুলি ইহাতে রাখিয়া দমে বসাইয়া দাও। মিনিট পনেরর মধ্যে হইয়া যাইবে।

সপ্তদশ অধ্যায়।

অম্বল।

প্রয়োজনীয় কথা।

অম্বল।—তেঁতুল, আমসি, কাঁচা আম প্রভৃতি দিয়া টক রাঁধিলে তাহাকে অম্বল বলি।

মশলা।—অম্বলে, হলুদ, সরিষা, লঙ্কা, চিনি, নুন, পাঁচ-ফোড়ন, তিনফোড়ন, জীরা, তেল কখন বা ঘি এই সকল উপকরণ লাগে।

প্রণালী।—যে কোন অম্লদ্রব্য গুলিয়া হলুদ, সরিষা-বাঁটা প্রভৃতি মশলার সহিত হাঁড়ি করিয়া চড়াইয়া দিবে। ফুটিয়া উঠিলে তরকারী কাঁচা বা কষিয়া ছাড়িবে। চিনি ও নুন দিবে। তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলে তারপরে উহা তেলে সাঁতলাইবে। তেলে ফোড়ন দিয়া লইবে। সব অম্বলে মিষ্টি দিবার আবশ্যক নাই।

চাটনী অম্বলে বেশ টক, ঝাল, মিষ্টি সমান হওয়া চাই। তবে ভাল লাগিবে।

ফটকিরি অম্বলে কেবল হলুদ-বাঁটা একটু দিতে হয়। আর নামমাত্র তেলে নামমাত্র ফোড়ন দিয়া সাঁতলাইতে হয়। এ অম্বল

ভোজন বিধি।—একে একে সব তরকারী দিয়া ভাত খাইবার পর সবশেষে অম্বল দিয়া খাইতে হয়। ডালে মাছের ঝোল প্রভৃতির সঙ্গে অম্বল চাকনা দিয়াও খাইতে বেশ লাগে। মুখের রুচি করে।

৫১০। কমলানেবুর অম্বল।

উপকরণ।—কমলানেবু তিনটী, চিনি তিন কাঁচ্চা, নুন আধ তোলা, ঘি আধ তোলা, সরিষা দুয়ানি ভর, জল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—কমলানেবুর খোলা ছাড়াইয়া কোয়াগুলি বাহির কর। আবার প্রত্যেক কোয়ার পিঠের দিকে ছুরি দ্বারা লম্বাভাগে চির দিয়া চিরিয়া ফেল। এখন শাঁসগুলি বাহির করিয়া একটি পাত্রে রাখিয়া দাও। বুকের দিকে ছাড়াইয়া শাঁস বাহির করিতে গেলে ইহার অনেক রস পড়িয়া যায়।

উনানে মাটীর বা কলাই-করা হাঁড়ি চড়াও। হাঁড়িতে ঘি দাও। ঘিয়ে সরিষা ফোড়ন ছাড়। সরিষার চুরচুর শব্দ থামিয়া গেলে, নেবুর শাঁস ঢালিয়া দিবে। তারপরেই চিনি, নুন আর প্রায় দেড় ছটাক জল দিবে। ফুটিয়া ইহার জল মরিয়া রস-রস হইয়া আসিলেই নামাইবে।

ইহা পুরাণ রোগীদিগের মুখে বড় রুচিকর হয়।

৫১১। রসগোল্লার অম্বল।

উপকরণ।—ছোট রসগোল্লা বারটী, নূতন ছোট কাঁচা তেঁতুল চার পাঁচটী (বড় হইলে একটি), জল আড়াই ছটাক, ঘি আধ কাঁচ্চা, তেজপাতা একটি, শুক্নালঙ্কা একটি, তিনফোড়ন দুয়ানি ভর, চিনি এক কাঁচ্চা, নুন প্রায় পাঁচ আনি ভর, কাঁচালঙ্কা একটি।

প্রণালী।—কাঁচা তেঁতুল দেড় ছটাক জলে ভাপাইয়া লও; পাঁচ সাত মিনিটের ভিতর হইয়া যাইবে। আর নূতন পাকা তেঁতুল হইলে সিদ্ধ করিবার আবশ্যক নাই। পাকা তেঁতুল বড় একছড়া লইলেই হইবে। পুরাণ তেঁতুলে দেখিতে রং ভাল হয় না। তেঁতুলটা আড়াই ছটাক জলে গোল। ছিবড়া ফেলিয়া দাও।

হাঁড়িতে ঘি চড়াও। ঘিয়ে তেজপাতা ছাড়। তারপরে তিন-ফোড়ন ছাড়। ফোড়নের চুড়বুড় শব্দ থামিয়া সুগন্ধ বাহির হইলেই তেঁতুলের জল ঢালিয়া দিবে। এখন চিনি ও নুন দাও। দু তি মিনিট ফুটিলে পর, রসগোল্লাগুলি ইহাতে ছাড়িয়া দাও। এক কাঁচালঙ্কা ভাঙ্গিয়া দাও। তিন চারি মিনিট ফুটিতে দাও। ঝোলটা যখন প্রায় এক ছটাক মরিয়া যাইবে, তখন নামাইবে। ইহা আট নয় মিনিটে হইয়া যাইবে।

৫১২। গোলাপী জামের অম্বল।

উপকরণ।—গোলাপী জাম (ছোট রসগোল্লা) দশটা, নূতন তেঁতুল

দুই ছড়া, শুক্নালঙ্কা আধ খানা, হলুদ আধ গিরা, নুন প্রায় সিকি তোলা, জল তিন ছটাক, সরিষা এক আনি ভর, ঘি সিকি কাঁচ্চা।

প্রণালী।—হলুদ ও লঙ্কাটুকু পিষিয়া রাখ।

খানিকটা গরম জলে রসগোল্লাগুলি একবার ফেলিয়াই তুলিয়া লইবে।

তিন ছটাক জলে তেঁতুল গুলিয়া তাহার ছিবড়াগুলা ফেলিয়া দাও। তেঁতুলের মাড়িতে পেষা মশলা ও নুন বেশ মিশাইয়া লও। এইবারে এই ছাঁচনাটা আগুনে চড়াইয়া দাও। ফুটিলেই, তাহাতে রসগোল্লা ফেল। জল ফুটিতে থাকিলে রসগোল্লাগুলি যখন ফুলো ফুলো হইয়া উঠিবে তখন ঢালিবে।

সিকি কাঁচ্চা ঘি চড়াও। তারপরে সরিষা ফোড়ন দিয়া অম্বলটা সাঁতলাইয়া লও।

তেঁতুলের পরিবর্তে নেবুর রস দিয়া রসগোল্লার অম্বলও বেশ হয়।

৫১৩। পোস্তর অম্বল।

উপকরণ।—পোস্তদানা আধ ছটাক, সরিষা তেল আধ ছটাক, শুক্নালঙ্কা তিনটী, পাঁচফোড়ন দুয়ানি ভর, নূতন তেঁতুল তিনখানা, জল পাঁচ ছটাক, হলুদ এক গিরা, নুন প্রায় আধ তোলা, চিনি প্রায় দেড় কাঁচ্চা।

প্রণালী।—পোস্তদানাগুলি এক বাটী জলে ফেলিয়া ছাঁকিয়া উঠাও, তাহা হইলে বালি সব নীচে পড়িয়া যাইবে। তারপরে

পোস্তগুলি আধ-বাঁটা করিয়া শিলে বাঁট। ছুটি শুকালঙ্কা ও হলুদ পিষিয়া রাখ। নূতন তেঁতুল পাঁচ ছটাক জলে ভিজাইতে দাও। কাঁচা তেঁতুল হইলে ভাপাইয়া লইয়া তবে গুলিতে হইবে।

হাঁড়ি চড়াইয়া তাহাতে সমস্ত তেলটুকু ঢালিয়া দাও। তেলে শুকালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ছাড়। লঙ্কার গন্ধ বাহির হইলে পাচ ফোড়ন ছাড়। পাঁচফোড়নের ফুট্‌কাট্ শব্দ থামিয়া গেলে, পোস্ত-বাঁটা দিবে। মিনিট চার পাঁচ নাড়িতে নাড়িতে ইহার কাঁচাটে ভাব চলিয়া গেলে, তেঁতুলের মাড়ি ঢালিয়া দিবে। এই সঙ্গে হলুদ ও লঙ্কা-বাঁটা এবং নুন ও চিনি দিবে। সাত আট মিনিট ফুটিলে পর নামাইবে।

৫১৪। কাঁচা পেঁপের মিষ্টি অম্বল আমআদা দিয়া।

উপকরণ।—ছুইটী কাঁচা কচি পেঁপে, জল তিন পোয়া, কাঁচা তেঁতুল চারখানি, তেল দেড় কাঁচ্চা, শুকালঙ্কা একটি, মেতি ছুয়ানি ভর, নুন আধ তোলা, চিনি সওয়া ছটাক, আমআদা এক গিরা।

প্রণালী।—ছুইটী কাঁচা পেঁপে আনিয়া খোসা ছাড়াইয়া চার চির করিয়া কাট। ভিতরের বিচিগুলি ফেলিয়া দাও। এখন প্রত্যেক চিরকে ছোট ছোট লম্বা ফালি করিয়া বানাও। ঠিক আমের ফালির মত দেখাইবে। আধসের জলে সিদ্ধ করিতে দাও। উহাতে কাঁচা তেঁতুলও ফেলিয়া দাও। কাঁচা তেঁতুল নরম হইলেই উঠাইয়া রাখিয়া দাও। তেঁতুল সিদ্ধ হইতে প্রায় পাঁচ সাত মিনিট

লাগিবে। পেঁপে সিদ্ধ হইতে মিনিট পনের লাগিবে। তারপরে পেঁপের জল ঝরাইয়া ফেল। আমআদা বাটিয়া রাখ।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। একটি শুক্লালঙ্কা ফোড়ন দাও। তেলের ধোঁয়া বাহির হইলে, মেতি ফোড়ন দাও। মেতির গন্ধ বাহির হইলে, সিদ্ধ কাঁচাতেঁতুল প্রায় পোয়াটাক জলে গুলিয়া তাহার মাড়িটা ঢালিয়া দাও। দু তিন মিনিট পরে পেঁপেগুলি দাও। নুন ও চিনি দাও। পাঁচ সাত মিনিট ফুটিলে পর বাঁটা আমআদা দাও। দু এক মিনিট পরে নামাইয়া ফেল।

ইহা ঠিক কাঁচা আমের অম্বল বলিয়া ভ্রম হয়।

৫১৫। কচি কাঁচা-তেঁতুলের ফটকিরি ঝোল।

উপকরণ।—কাঁচা তেঁতুল পাঁচখানা, জল আধসের, হলুদ-বাঁটা সিকি তোলা, নুন প্রায় ছয় আনি ভর, সরিষা তেল সিকি কাঁচ্চা, সরিষা দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—যখন নূতন তেঁতুল উঠে সেই সময়েই এই ফটকিরি ঝোল করিতে হয়। তেঁতুল কয়খানি আধখানি করিয়া ভাঙ্গিয়া রাখ। হাঁড়িতে জল চড়াও। মিনিট দশ পরে জল ফুটিয়া উঠিলে তেঁতুল ক-খানি ছাড়। দু তিন মিনিট পরে ফুটিতে আরম্ভ করিলে, অল্প হলুদ দিবে। তরাপরে নুন দিয়া ঢালিয়া রাখিবে। আবার হাঁড়িতে তেল চড়াও। তারপরে তেলে সরিষা ফোড়ন দিয়া তাহাতে ঝোলটা সম্বরাও।

৫১৬। বড়ি দিয়া কাঁচা চেরা তেঁতুলের অম্বল।

উপকরণ।—কাঁচা তেঁতুল দশ খানা, বেগুন একটা, কচুমুখী পাঁচটা, কলাই ডালের বড়ি পাঁচ ছয়টা, সরিষা তেল তিন কাঁচ্চা, সরিষা এক কাঁচ্চা, হলুদ এক গিরা, জল আধসের, নুন প্রায় সওয়া তোলা, চিনি আধ কাঁচ্চা, শুক্লালঙ্কা একটি।

প্রণালী।—কাঁচা তেঁতুল চিরিয়া রাখ। বেগুন ডুমা ডুমা বানাইয়া আটটুকরা বা বারটুকরা কর। কচুরমুখীর খোসা ছাড়াইয়া তিন চারটুকরা করিয়া বানাও। সবগুলি ধুইয়া রাখ।

ছয়ানি ভর সরিষা, ফোড়নের জন্য রাখিয়া অবশিষ্ট সরিষা মিহি করিয়া পিষ। হলুদ বাঁটিয়া রাখ।

হাঁড়িতে এক পোয়া জল চড়াইয়া দাও। জল গরম হইলে কচুরমুখীগুলি ছাড়। অল্প ভাপাইয়া লও। সাত আট মিনিটের মধ্যে হইয়া যাইবে। জল হইতে কচুরমুখীগুলি ছাঁকিয়া উঠাও।

হাঁড়ি চড়াও। তেল দাও। তেলে বড়িগুলি সাঁতলাইয়া উঠাও। তারপরে কচু ছাড়। দু একবার হাঁড়ি ঝাঁকাইয়া তাহাতে হলুদ ও সরিষা-বাঁটা এক পোয়া জলে গুলিয়া, ঢালিয়া দাও। ছাঁচনাটা ফুটিলে, নুন আর চিনি দিবে। তারপরে বড়ি ও বেগুন ছাড়িবে। ফেনা উঠিলেহাঁড়ি ঢুলাইয়া দেখিবে যে বেগুন সিদ্ধ হইয়াছে কি না, বেগুন সিদ্ধ হইলে পর তেঁতুল ছাড়িবে। দু একবার ফুটিলে নামাইবে।

আবার হাঁড়ি চড়াও। আধ ছটাক তেল দাও। লঙ্কা ফোড়ন দাও। তেল হইয়া আসিলে, সরিষা ফোড়ন দিয়া অম্বলটা সাঁত-লাইয়া লও।

৫১৭। কাঁচা পেঁপের অম্বল।

উপকরণ।—একটি কাঁচা পেঁপে, কাঁচা তেঁতুল পাঁচখানা, সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, জল আড়াই পোয়া, সরিষা আধ কাঁচ্চা, হলুদ আধ গিরা, চিনি দেড় কাঁচ্চা, নুন প্রায় পোন তোলা, আম-আদা এক গিরা।

প্রণালী।—পেঁপের খোসা ছাড়াইয়া আমের মত লম্বা ফালি করিয়া বানাও।

সরিষা ও হলুদ মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

আধ পোয়া জলে তেঁতুলগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট সাত আটের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া যাইবে। আধ সের জলে তেঁতুল গুলিয়া, তাহার মাড়ি বাহির কর এবং ছিবড়া ফেলিয়া দাও। সরিষা ও হলুদ-বাটা তেঁতুলের সঙ্গে গুলিয়া রাখ।

হাঁড়িতে আধ কাঁচ্চা তেল চড়াইয়া তাহাতে প্রথমে পেঁপে ছাড়। পেঁপেগুলি নাড়াচাড়া করিয়া তারপরে ছাঁচনা ঢালিয়া দাও। ফুটিলে, চিনি ও নুন দাও। মিনিট সাত ফুটিলে হাঁড়ি নামাইয়া ঢালিয়া ফেলিবে।

আবার হাঁড়ি চড়াইয়া আধ কাঁচ্চাটাক্ তেল চড়াও। সরিষা ফোড়ন দাও। তারপরে তাহাতে অম্বলটা ঢালিয়া সাঁতলাও। সবশেষে আম-আদা-বাঁটা দিয়া নাড়িয়া নামাও।

৫১৮। লাউয়ের অম্বল।

উপকরণ।—লাউ আধসের, তেঁতুল দশখানা, সরিষা তেল এক ছটাক, নুন প্রায় এক তোলা, চিনি এক কাঁচ্চা, হলুদ এক গিরা, জল আধসের, ময়দা আধ কাঁচ্চা, সরিষা দুয়ানি ভর, শুক্নালঙ্কা একটি, আম-আদা এক গিরা।

প্রণালী।—লাউয়ের খোসা ছাড়াইয়া সরু সরু করিয়া বানাও। হলুদটুকু বাঁটিয়া রাখ।

এক পোয়াটাক্ জল চড়াও। তেঁতুলগুলি তাহাতে ফেলিয়া সিদ্ধ করিয়া লও। মিনিট সাত আটের ভিতর হইয়া যাইবে। তেঁতুলগুলি সিদ্ধ হইলে উঠাইয়া রাখ। এক পোয়া জলে সিদ্ধ তেঁতুলটা গুলিয়া মাড়ি বাহির কর। শিটা ছাঁকিয়া ফেলিয়া দাও। তেঁতুলের সঙ্গে হলুদ-বাঁটা, চিনি ও নুন মিশাইয়া রাখ।

হাঁড়িতে আধ ছটাক তেল চড়াও; তাহাতে লাউগুলি ছাড়। নাড়িয়া চাড়িয়া, ছয়ানি ভর নুন দাও এবং ঢাকিয়া রাখ। নাউএর জল বাহির হইবে। লাউয়ের জল ইহাতেই মরিয়া শুকাইয়া গেলে পর, ছাঁচনাটা ঢালিয়া দাও। মিনিট দশ পরে একটু লাউ তুলিয়া টিপিয়া দেখিবে, সিদ্ধ হইয়াছে কি না। সিদ্ধ হইলে পর, আধ ছটাকখানেক ঝোল উঠাইয়া তাহাতে আধ কাঁচ্চা ময়দা গুলিবে। একটু ঠাণ্ডা করিয়া গোলা ময়দাটা ঢালিয়া দিবে। ঝোলটা বেশ করিয়া ঘুঁটিয়া দিবে। অনেকটা গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে।

একটি হাঁড়িতে আধ ছটাক তেল চড়াইয়া, তাহাতে শুক্নালঙ্কা

তেলের চুড়বুড় শব্দ থামিয়া গেলে, তাহাতে অম্বলটা ঢালিয়া সাঁতলাইবে। তারপরেই নামাইয়া ফেলিবে। ইহাতে আম-আদা-বাঁটার রস দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখিবে।

৫১৯। পেঁয়াজের অম্বল।

উপকরণ।—ছোট পেঁয়াজ আধ পোয়া, পাকা তেঁতুল তিন চারি ছড়া, শুক্লালঙ্কা তিনটা, হলুদ দেড় গিরা, মসুর ডালের বড়ি বার চৌদ্দটা, চিনি প্রায় পোন তোলা, তেল তিন কাঁচ্চা, তিনফোড়ন দুয়ানি ভর, সরিষা দুয়ানি ভর, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—ছোট পেঁয়াজ আনিয়া তাহার সব খোসা ছাড়াও। পেঁয়াজগুলি আস্ত থাকিবে। আধ পোয়া জলে তেঁতুল গুলিয়া তাহার মাড়ি বাহির কর। শুক্লালঙ্কা আর হলুদ বাঁটিয়া এই মাড়ির সহিত মিশাইয়া রাখ।

হাঁড়িতে এক কাঁচ্চা তেল চড়াইয়া তাহাতে বড়িগুলি ভাজিয়া উঠাও। এখন সব তেলটুকু হাঁড়িতে ঢালিয়া দাও। উহাতে শুক্লালঙ্কা ও তিনফোড়ন ছাড়। ফোড়নের গন্ধ বাহির হইলে, সরিষা ফোড়ন দাও ও সেই সঙ্গে পেঁয়াজগুলি ছাড়। তিন চার বার পেঁয়াজগুলি নাড়িয়া চাড়িয়া ছাঁচনা দাও। বড়ি ছাড়। জল মরিয়া তেল কাটা-কাটা হইলেই নামাইবে। অর্থাৎ অম্বলটা তেলের উপর থাকিবে।

৫২০। আম দিয়া বড়ার অম্বল।

উপকরণ।—মটর ডাল এক ছটাক, সরিষা তেল এক ছটাক, কাঁচা আম তিনটী, সরিষা এক কাঁচ্চা, শুক্কালঙ্কা দুইটী, হলুদ এক গিরা, জল দেড় পোয়া, নুন প্রায় পোন তোলা, চিনি আধ কাঁচ্চা।

প্রণালী।—মটর ডালগুলি জলে ভিজাইতে দাও। বাটিয়া রাখ। আমের খোসা ছাড়াইয়া চার বা ছয় ফালি করিয়া কাট। ফোড়নের জন্য দুয়ানি ভর সরিষা রাখিয়া দাও। বাকী সরিষা, শুক্কালঙ্কা একটি ও হলুদটুকু পিষিয়া দেড় পোয়া জলে গুলিয়া রাখ।

আধ ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে বড়া ভাজিয়া উঠাও। এই তেলে আমগুলা কষিয়া ছাঁচনা ঢালিয়া দাও। নুন ও মিষ্টি দাও। আমগুলা ভাঙ্গিয়া গিয়াছে দেখিলে, বড়া দিবে এবং ঢালিয়া ফেলিবে।

আবার হাঁড়িতে আধ ছটাক তেল চড়াও। লঙ্কা ফোড়ন দিয়া তারপরে সরিষা ফোড়ন দাও। তারপরে ঐ তেলে অম্বলটা সাঁতলাও। বেশ মাখা-মাখা হইবে।

৫২১। কচি দিশি আমড়া দিয়া বড়ার অম্বল।

প্রণালী।—ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে রাঁধিতে হইবে।

৫২২। আলুবখরা দিয়া বড়ার অম্বল।

প্রণালী।—আলুবখরা জলে ভিজাইয়া দিবে। মিনিট পনের পরে আলুবখরাগুলা ভিজিয়া উঠিলে, তারপরে উপরের মত করিয়া রাঁধিবে।

৫২৩। বিলাতী আমড়ার চাটনী-অম্বল।

উপকরণ।—বিলাতী আমড়া দশটা, তেল দেড় ছটাক, সরিষা দুয়ানি ভর, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা দুটী, চিনি প্রায় দেড় কাঁচ্চা, নুন ছয় আনি ভর, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—বিলাতী আমড়ার খোসা ছাড়াইয়া সরু সরু আকারে বানাও। আঁটিগুলা ফেলিয়া দাও। হলুদ ও শুক্নালঙ্কা দুটী মিহি করিয়া পিষিয়া রাখ।

দেড় ছটাক তেল চড়াও। সরিষা ফোড়ন দাও। তেলে আমড়াগুলা কষ। নাড়াচাড়া কর। তেলের ফেনা বাহির হইলে, বাটা মশলা, নুন ও চিনি ইহাতে দাও। কষিতে থাক। মিনিট পাঁচ পরে ভাজা ভাজা হইলে, আধ পোয়া জল দিবে। পাঁচ সাত মিনিটের মধ্যে জল মরিয়া তেলের উপর থাকিলে, নামাইবে।

৫২৪। চালতার গুড়-অম্বল।

উপকরণ।—চালতা একটি, গুড় এক ছটাক, নুন পোন তোলা, মূলা একটি, ময়দা আধ কাঁচ্চা, সরিষা তেল দুই কাঁচ্চা, সরিষা দুয়ানি ভর, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—চালতাটা ছাড়াইয়া ছেঁচিয়া রাখ। মূলা চাকা চাকা করিয়া বানাও।

এক কাঁচ্চা তেল চড়াও। তেলে চালতা ছাড়। মিনিট চার কষিয়া তারপরে জলে গুড় ও নুনটুকু গুলিয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও। মূলা ছাড়। মিনিট দশ পরে চালতা সিদ্ধ হইয়া গেলে মূলাগুলি কোঁকড়াইয়া আসিলে, হাঁড়ির ভিতর হইতে এক হাতা ঝোল তুলিয়া তাহাতে ময়দাটা গোল এবং ঐ গোলা ময়দাটা হাঁড়ির ঝোলে আবার ঢালিয়া নাড়িয়া দাও। পরে হাঁড়ি নামাও।

আবার তেল চড়াইয়া তাহাতে সরিষা ফোড়ন দিয়া অম্বলটা সাঁতলাও।

৫২৫। করমচার ফটকিরি অম্বল।

উপকরণ।—করমচা কুড়িটা, সরিষা তেল দেড় কাঁচ্চা, জল তিন ছটাক, সরিষা-বাঁটা সিকি তোলা, নুন তিন আনি ভর, চিনি সিকি কাঁচ্চা, সরিষা ফোড়ন দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—করমচাগুলি আধখানা করিয়া কাটিয়া বিচি বাহির

এক কাঁচ্চা তেল চড়াইয়া তাহাতে করমচাগুলি কষ। জল দাও। সরিষা-বাঁটা দাও। তারপরে নুন ও চিনি দাও। মিনিট সাত ফুটিলে পর নামাও।

আবার হাঁড়িতে আধ কাঁচ্চা তেল চড়াইয়া তাহাতে সরিষা ফোড়ন দাও। পরে তেলে অম্বলটা সাঁতলাও।

৫২৬। নারিকেলের অম্বল।

উপকরণ।—নারিকেল আধমালা, তেঁতুল তিন ছড়া, সরিষা তেল আধ কাঁচ্চা, সরিষা দুয়ানি ভর, শুক্নালঙ্কা একটি, হলুদ আধ গিরা, জীরা সিকি তোলা, নুন আধ তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—নারিকেল-অজির মত করিয়া নারিকেলটা ছোট ছোট টুকরা টুকরা চারি-কোণা আকারে কাট। ইহার প্রত্যেকটীর খোসা ছাড়াইয়া ফেল।

শুক্নালঙ্কা ও হলুদ পিষিয়া রাখ। জলে মশলা-বাঁটা ও নুনটুকু গুলিয়া রাখ।

হাঁড়িতে তেঁতুল-গোলা চড়াও। ফুটিলে নারিকেলগুলা ছাড়। মিনিট ছয় সাত পরে নামাও। আবার হাঁড়িতে তেল চড়াইয়া তাহাতে সরিষা ফোড়ন দিয়া অম্বলটাকে সাঁতলাও। হাঁড়ি নামাইয়া জীরা-ভাজা-গুঁড়া অম্বলের উপরে ছড়াইয়া দাও।

৫২৭। তিল দিয়া আঁটি-আমড়ার অম্বল।

উপকরণ।—দিশি আমড়া দশটা, তিল এক কাঁচ্চা, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা একটি, জল তিন ছটাক, পাঁচফোড়ন দুয়ানি ভর, সরিষা দুয়ানি ভর, সরিষা তেল আধ ছটাক, নুন প্রায় পোন তোলা।

প্রণালী।—দিশি আমড়াগুলির খোসা ছাড়াও কিম্বা না ছাড়াও তাহাতে কিছু হানি নাই। শিলে এক একটি আমড়া রাখিয়া নোড়া দিয়া ছেঁচ। তিলগুলি বাঁটিয়া রাখ। হলুদ ও শুক্নালঙ্কা পিষিয়া জলে গুলিয়া রাখ।

এক কাঁচ্চা তেল চড়াও। তাহাতে আমড়াগুলি ছাড়। কষিতে থাক। তিন চার মিনিট কষিবার পর জলীয় ভাগ কমিয়া আসিলে, ছাঁচনা দাও। এই সঙ্গে তিল-বাঁটাও দাও। নুন দাও।

আরেকটী হাঁড়িতে তেল চড়াও। পাঁচফোড়ন ও সরিষা ফোড়ন দাও। তারপরে ঐ তেলে অম্বলটা সাঁতলাও। নাড়িয়া চাড়িয়া নামাও।

৫২৮। পোস্ত-বাঁটা দিয়া আমড়ার অম্বল।

প্রণালী।—ইহাও ঠিক উপরের মত করিতে হইবে।

৫২৯। গুড়েকুলের অম্বল।

উপকরণ।—গুড়-কুল দশ বারটী, সরিষা দুয়ানি ভর, নুন দুয়ানি ভর, সরিষা তেল আধ কাঁচ্চা, জল আড়াই ছটাক।

প্রণালী।—জলে গুড়-কুলগুলি গোল। হাঁড়ি চড়াও। সরিষা তেল দাও। সরিষা ফোড়ন দাও। জলে গোলা কুলগুলি ঢালিয়া তারপরে নুন দাও। তিন চার বার ফুটিলে নামাইয়া ফেল।

৫৩০। বেগুন দিয়া কাঁচা কুলের অম্বল।

উপকরণ।—সরিষা তেল আধ ছটাক, কাঁচা কুল বারটী, বেগুন আধখানা, জল আধ পোয়া, চিনি আধ কাঁচ্চা, নুন আধ তোলা, হলুদ এক গিরা, পাঁচফোড়ন দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—আধখানা বেগুন আটটুকরা করিয়া বানাও। এক কাঁচ্চা তেল চড়াও। তেলের ফেনা বাহির হইলে কুলগুলি ফাটাইয়া ইহাতে দাও। জল দাও। নাড়িতে থাক। যেই দেখিবে হড়হড়ে বাহির হইয়াছে, তখন বেগুন, চিনি, নুন ও হলুদ-বাঁটা দিবে। মিনিট চার পরে বেগুন সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইবে।

আবার হাঁড়ি করিয়া এক কাঁচ্চা তেল চড়াও। পাঁচফোড়ন ছাড়। তেলে অম্বলটা সাঁতলাও।

৫৩১। ছানার অম্বল।

উপকরণ।—ছানা এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, তেঁতুল দু থানা চিনি এক কাঁচ্চা, জল এক পোয়া, শুক্নালঙ্কা দুটি, তিনফোড়ন দুয়ানি ভর, জীরা দুয়ানি ভর, নুন সিকি তোলা।

প্রণালী।—ছানা ছোট ছোট পাশার আকারে বানাও। জলে শুক্নালঙ্কা-বাটা, চিনি, নুন ও তেঁতুল গোল। তেঁতুলের শিটা ফেলিয়া দাও।

ঘি চড়াইয়া তাহাতে ছানাগুলি ভাজিয়া লও। তিন চার মিনিটের মধ্যে হইয়া যাইবে। তারপরে ফের আরেকটা হাঁড়িতে আধ কাঁচ্চা ঘি চড়াও। তিনফোড়ন ও জীরা ফোড়ন দাও। ছাঁচনা ঢাল। ছানার টুকরাগুলি ছাড়। দু চার ফুটফুটিলে নামাও।

৫৩২। শসার অম্বল।

প্রণালী।—শসার অম্বল কাঁচা পেঁপের অম্বলের মত হইবে। ৫৫৭ পৃষ্ঠায় কাঁচা পেঁপের অম্বল দেখ।

৫৩৩। পাকা কাঁটালের ভোতার অম্বল।

উপকরণ।—কাঁটালের ভোতা আধ পোয়া, পাকা তেঁতুল আধ ছটাক, জল আধ পোয়া, হলুদ আধ গিরা, শুক্নালঙ্কা আধটা, চিনি প্রায় এক কাঁচ্চা, নুন প্রায় সিকি তোলা, সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, সরিষা প্রায় আধ তোলা, জল প্রায় তিন ছটাক, ময়দা আধ কাঁচ্চা।

প্রণালী।—কাঁটালের ভোতা আধ পোয়া ওজন করিয়া লও। আধ ছটাক পাকা তেঁতুল আধ পোয়া জল দিয়া গোল। মাড়ি বাহির করা হইলে নিংড়াইয়া তেঁতুলের ছিবড়া ছাঁকিয়া ফেল। এই মাড়িতে হলুদ, লঙ্কা-বাঁটা, চিনি ও নুন মিশাও।

হাঁড়িতে এক কাঁচ্চা তেল চড়াও। মিনিট দুই পরে সরিষা ফোড়ন দাও। সরিষার চুড়বুড়ানি শব্দ থামিয়া গেলে তাহাতে তেঁতুল-গোলাটা ঢাল। মিনিট দুই পরে ফুটিয়া উঠিলে ভুতিগুলা ছাড়। প্রায় তিন চার মিনিট পরে জল মরিয়া গেলে, এক কাঁচ্চা জলে ময়দাটুকু গুলিয়া ঢালিয়া দাও। কাঠের হাতা দিয়া নাড়িয়া দাও। আধ মিনিট পরে যেমন ফুটিবে অমনি নামাইবে।

ইহার বেশ সুগন্ধ হয়। কাঁটালের গন্ধ অতটা থাকে না।

৫৩৪। পাকা পটোলের ঝুরঝুরে অম্বল।

উপকরণ।—পাকা পটোলের বিচি আধ পোয়া, ভিজান কলাই বা মুগেরডাল-বাঁটা এক ছটাক, ঘি এক ছটাক, আদা-বাঁটা এক

তোলা, কালজীরা সিকি তোলা, তেজপাতা দু খানা, হিং দুই র
নুন আধ তোলা, তেঁতুল বা নেবুর রস এক ছটাক।

প্রণালী।—এক ছটাক ঘি চড়াও। তাহাতে তেজপাতা, আদ
বাঁটা, কালজীরা ও হিং ফোড়ন দিয়া, তারপরে পটোলের বিচিগুল
আগে ছাড়। একটু লাল হইয়া ভাজা ভাজা হইলে ডাল-বাঁটা ছাড়
নাড়িয়া চাড়িয়া নেবুর রস ও নুন দাও। জল মরিয়া ভাজা ঝুরঝু
হইলে নামাইবে।

৫৩৫। বিলাতী আমড়া দিয়া বড়ার অম্বল।

উপকরণ।—মটর ডাল এক ছটাক, বিলাতী কাঁচা আমড়া তিনটী, সরিষা তেল আধ পোয়া, সরিষা ছয় আনি ভর, শুক্নালঙ্কা দুটি, হলুদ আধ গিরা, নুন প্রায় ছয় আনি ভর, চিনি সিকি তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—মটর ডাল ভিজাইয়া ঘণ্টাখানেক পরে বাঁট। একটুকু নুন দিয়া বাঁটা ডালটাকে ফেটাইয়া লও। তেল চড়াইয়া ডালের বড়াগুলা ভাজ। তারপরে আবার আধ ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে একটা শুক্নালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। পাঁচফোড়ন ছাড়। ফোড়নের ধোঁয়া বাহির হইলে আমড়াগুলা ছাড়িয়া কষ। দু এক মিনিট নাড়াচাড়া করিয়া সরিষা, লঙ্কা ও হলুদ-বাঁটা এক পোয়া জলে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও। নুন ও চিনি দাও। ফুটিয়া উঠিলে ডালের বড়াগুলি ছাড়। মিনিট চার পাঁচের মধ্যে বেশ ঘন ঘন হইয়া আসিলে একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ।

৫৩৬। করমচার অম্বল।

উপকরণ।—করমচা দেড় ছটাক, সরিষা তেল এক ছটাক, সরিষা দুয়ানি ভর, হলুদ সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা একটি, নুন প্রায় আধ তোলা, চিনি আধ তোলা, জল এক ছটাক।

প্রণালী।—করমচাগুলি অর্দ্ধেক করিয়া কাটিয়া জলে ফেল। হলুদ ও লঙ্কা পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। সরিষা ফোড়ন দাও। তেলে করমচাগুলা কষ। প্রায় দু এক মিনিট নাড়াচাড়া করিয়া তেলের ফেনা বাহির হইলে, হলুদ, লঙ্কা-বাঁটা, চিনি ও নুন সব ইহাতে ছাড়। কষিতে থাক। করমচা নরম হইয়া আসিলে, এক ছটাক জল দাও। তিন চার মিনিট পরে জল মরিয়া তেলের উপর থাকিলে নামাইবে।

৫৩৭। কাঁকুড়ের অম্বল।

উপকরণ।—কাঁকুড় এক পোয়া, কাঁচা আম আধ পোয়া, সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, জল এক পোয়া, সরিষা-বাঁটা আধ তোলা, হলুদ আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা একটা, চিনি এক তোলা, নুন প্রায় সিকি তোলা, সরিষা ফোড়ন দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—কাঁকুড়টীকে আমের ফালির মত করিয়া বানাও। কাঁচা আম সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট পনেরর মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে ঠাণ্ডা হইতে দাও। তারপরে এই আমের মাড়ি বাহির করিয়া

আধ পোয়া জল দিয়া গোল। ইহাতেই সরিষা-বাঁটা, হলুদ-বাঁটা গুলিয়া রাখ।

হাঁড়িতে আধ কাঁচ্চা তেল চড়াও। কাঁকুড়গুলা ছাড়। মিনিট তিন চার নাড়িয়া তাহাতে বাটনা-গোলাটা ঢালিয়া দাও। ফুটিলে, চিনি ও নুন দাও। প্রায় মিনিট চার পরে কাঁকুড়গুলি সিদ্ধ হইয়া আসিলেই নামাইবে। আবার হাঁড়ি চড়াইয়া আধ কাঁচ্চা তেল চড়াও। একটি শুক্নালঙ্কা ও সরিষা ফোড়ন দিয়া তাহাতে অম্বলটা সাঁতলাও। তারপরে দু এক মিনিট পরে নামাও। আর বেশী ফোটাইবার দরকার নাই।

৫৩৮। নূতন আলুর অম্বল।

উপকরণ।—খুদে নূতন আলু এক পোয়া, পাকা দিশি আমড়ার রস আধ পোয়া, চিনি এক কাঁচ্চা, পাঁচফোড়ন দুয়ানি ভর, নুন প্রায় ছয় আনি ভর, তেল এক কাঁচ্চা, মেতি দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—পাঁচফোড়ন কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া রাখ। দিশি আমড়ার রস করিয়া একটি পাত্রে রাখ। ইহাতেই চিনি ও নুন মিশাও।

আলুগুলি ধুইয়া জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট দশ পনেরর ভিতরে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া ঠাণ্ডা করিতে দাও। তারপরে আলুগুলা হাতে করিয়া রগড়াইয়া খোসা উঠাইয়া ফেল।

তেল চড়াও। শুক্নালঙ্কা ও মেতি ফোড়ন দাও। আলুগুলি ছাড়। প্রায় দু তিন মিনিট আলুগুলি নাড়িয়া তারপরে আমড়ার

রস ঢালিয়া দাও। মিনিট চার ফুটিলে পর, হাঁড়ি নামাইয়া তাহাতে ভাজা মশলা-গুঁড়া ছড়াইয়া দিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি দুয়েতেই খাওয়া চলে।

৫৩৯। ডেলোর ঝাল-কাসুন্দি-অম্বল।

উপকরণ।—কাঁচা টাট্‌কা ডেলো দশটা (ওজনে আধ পোয়া), কাঁচা আম তিনটা (ওজনে তিন ছটাক), কুমড়াবড়ি দশটা (ওজনে আধ ছটাক), তেল দেড় ছটাক, নুন এক তোলা, জল আধ পোয়া বা তিন ছটাক, চিনি এক তোলা, হলুদ এক গিরা, ঝাল কাসুন্দি এক ছটাক, শুক্নালঙ্কা একটা, সরিষা তিন আনি ভর।

প্রণালী।—টাট্‌কা ডেলো হইলে শীঘ্র সিদ্ধ হইয়া যাইবে। বাসী ডেলো সিদ্ধ হইতে দেরী হইবে, জলও বেশী খাইবে। ডেলোর উপরের খোসা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাও। কাঁচা আমের খোসা ছাড়াইয়া চার ফালি বা ছয় ফালি করিয়া বানাও। সব ধুইয়া রাখ।

হাঁড়িতে আধ ছটাক তেল চড়াও। মিনিট দুই পরে তেলের ধোঁয়া উঠিলে তাহাতে বড়িগুলি ছাড়। মিনিট দুয়ের মধ্যে বড়ি ভাজা হইয়া গেলে বড়িগুলি উঠাইয়া রাখ। এই তেলেতেই আম ও ডেলোগুলি ঢালিয়া দাও। হাঁড়ি ঝাঁকড়াইয়া নাড়িয়া দাও। নুন দাও। প্রায় তিন চার মিনিট পরে ইহার জলটুকু মরিয়া গেলে,

চিনি দিয়া হাঁড়ি ঢাকিয়া রাখ। জল ফুটিয়া উঠিলেই হাঁড়িতে ভাজা বড়িগুলি ছাড়িবে। প্রায় আট নয় মিনিট পরে এই জলটুকু শুকাইয়া গেলে ঝালকাসুন্দি ইহাতে ঢালিয়া দাও। হাঁড়িটা একবার হিলাইয়া লইয়া অম্বলটা একটী পাত্রে ঢালিয়া ফেল।

আবার হাঁড়িতে এক ছটাক তেল চড়াও। তেলের ধোঁয়া উঠিলেই লঙ্কা ফোড়ন দাও। লঙ্কা হইয়া আসিলে সরিষা ফোড়ন দিয়া তাহাতে অম্বলটা সাঁতলাও। মিনিট দুই ফুটিলে নামাইয়া রাখ। ইহা তেলের উপরে থাকিবে।

৫৪০। কচি আমড়া দিয়া ডেলোর অম্বল।

প্রণালী।—ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে করিতে হইবে।

৫৪১। পটোলের করমচি।

উপকরণ।—পটোল দশটা, তেঁতুল এক কাঁচ্চা, জল এক ছটাক, চিনি এক কাঁচ্চা, কাঁচালঙ্কা তিন চারিটী, নুন সিকি তোলা, তেল এক ছটাক, জীরা ছয়ানি ভর, হিং চার রতি।

প্রণালী।—পটোলের খোসা ছাড়াইয়া লম্বাদিকে চের অথচ আস্ত থাকে যেন। এক ছটাক জলে তেঁতুল ঘন করিয়া গোল। উহাতে চিনি, নুন ও কাঁচালঙ্কা-কুচি মিশাও।

ঐ তেলে দুয়ানি ভর জীরা ও হিং ফোড়ন দিয়া তারপরে তেঁতুলের গোলা ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে পটোল ছাড়। ঘন ঘন হইলে, নামাইয়া সিকি তোলা জীরা-ভাজা-গুঁড়া ইহাতে ছড়াইয়া দাও। কাঠখোলায় চমকাইয়া জীরা ভাজিয়া লইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি দুয়ের সহিতই খাওয়া চলে।

৫৪২। তিল দিয়া কচি আমড়ার অম্বল।

উপকরণ।—কাঁচা দিশি আমড়া চারিটা, তিল এক কাঁচ্চা, হলুদ আধ গিরা, শুক্নালঙ্কা একটি, নুন আধ তোলা, জল দেড় ছটাক, তেল এক ছটাক, সরিষা ও পাঁচফোড়ন মিশাইয়া দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—আমড়ার খোসা ছাড়াইয়া চার ফালি করিয়া কাট। মিহি করিয়া তিল বাঁটিয়া রাখ। হলুদ আর লঙ্কা বাঁটিয়া রাখ। দেড় ছটাক জলে তিল-বাঁটা এবং হলুদ ও লঙ্কা-বাঁটা গুলিয়া রাখ।

তেল চড়াইয়া তাহাতে সরিষা ও পাঁচফোড়ন দাও। তারপরে আমড়াগুলি ছাড়। অল্প কষিয়া, বাঁটনা-গোলা ইহাতে ঢালিয়া দাও। থকথকে হইলে নামাও। মিনিট সাত আটের ভিতর হইয়া যাইবে।

৫৪৩। লকেটের অম্বল।

উপকরণ।—লকেট পনেরটী, মেতি দুয়ানি ভর, তেঁতুল এক ছড়া, জল এক ছটাক, চিনি আধ তোলা, নুন সিকি তোলা, শুক্না-লঙ্কা-বাঁটা আধখানা, ভাজা জীরা-গুঁড়া দুয়ানি ভর, ঘি এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—লকেটগুলির খোসা ছাড়াইয়া বিচি ছাড়াইয়া রাখ। এক ছটাক জলে এক ছড়া তেঁতুল গোল; তাহাতে শুক্নালঙ্কা-বাঁটা, চিনি ও নুন মিশাও।

হাঁড়িতে ঘি চড়াইয়া তাহাতে মেতি ফোড়ন ছাড়। মেতির গন্ধ বাহির হইলেই, লকেটগুলি দিবে। তিন চার বার কাঠের চামচ দ্বারা নাড়িয়া দিয়া বা হাঁড়ি ঝাঁকড়াইয়া, তারপরে তেঁতুল-গোলাটা ঢাল। হাঁড়িটা হিলাইয়া লও। দু তিন মিনিট বুড়বুড় করিয়া ফুটিলেই, হাঁড়ি নামাইয়া জীরা ভাজারগুঁড়া উপরে ছড়াইয়া দাও।

৫৪৪। কাঁচা আমের ঝোল।

উপকরণ।—কচি কাঁচা আম ছয়টা, নূতন পাকা তেঁতুল দুই ছড়া, নুন সিকি তোলা, জল তিন ছটাক, তেল আধ কাঁচ্চা, শুক্না-লঙ্কা আধখানা, পাঁচফোড়ন এক চিমটী, বাঁটা হলুদ দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—কাঁচা আম কয়টী দুই ভাগ করিয়া কাটিয়া খোসা ছাড়াইয়া জলে ফেলিয়া দাও।

একটি হাঁড়িতে তেল চড়াইয়া দুটি পাঁচফোড়ন ও আধখানা লঙ্কা

ফোড়ন দিয়া, তারপরে আধ পোয়া জল ঢালিয়া দাও। জল ফুটিয়া উঠিলে দুই ছড়া তেঁতুল ও হলুদ বাটাটুকু এক ছটাক জলে গুলিয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও। তেঁতুল-গোলা জল হইতে তেঁতুলের ছিবড়া যেন ফেলিয়া দেওয়া হয়। এই সময় নুন আর আম ছাড়িয়া দাও। আম সিদ্ধ হইলেই হাঁড়ি নামাইবে। সর্ব্বশুদ্ধ সাত আট মিনিটের মধ্যেই হইয়া যাইবে।

৫৪৫। মূলা দিয়া চালতার গুড়-অম্বল।

উপকরণ।—চালতা দুইটী, রাঙ্গা আলু ছোট চারিটী, মূলা একটি, সরিষা ও পাঁচফোড়ন মিশাইয়া সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা দুইটি, হলুদ এক গিরা, নুন প্রায় দশ আনি ভর, খেজুরে গুড় তিন ছটাক, ময়দা এক কাঁচ্চা, দুধ আধ পোয়া, জল দেড়সের, তেল আধ ছটাক।

প্রণালী।—চালতার বাখরাগুলি খুলিয়া লও। তারপরে যে যেমন বাখরা বুঝিয়া দু তিন ভাগে কাট। ইহার আঁশ ও খোসা ছাড়াইয়া ফেল। ভাল করিয়া ধুইয়া শিলে ছেঁচিয়া লও। মূলা ও রাঙ্গা আলু চাঁচিয়া সিকি ইঞ্চি পুরু চাকা চাকা করিয়া কাট, ধুইয়া ফেল।

এইবারে একটি হাঁড়ি চড়াইয়া সব তেলটুকু ঢালিয়া দাও। তেলের অল্প ধোঁয়া বাহির হইতে থাকিলে, একটি শুক্নালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ছাড়। সরিষা ও পাঁচফোড়ন দাও। ফোড়নের গন্ধ বাহির হইলেই, রাঙ্গা আলু ও মূলাগুলি ইহাতে ছাড়িয়া দাও।

মিনিট পাঁচ সাত নাড়াচাড়া করিয়া, উহাতে দেড় সের জলে হলুদ ও লঙ্কা-বাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। নুন দাও। হাঁড়ির মুখে সরা চাপা দিয়া ঢাকিয়া দাও। চালতা খুব ভাল করিয়া সিদ্ধ হওয়া চাই। চালতা সিদ্ধ হইতে প্রায় তিন কোয়ার্টার সময় লাগিবে। সিদ্ধ হইলে ইহাতে তিন ছটাক খেজুরে গুড় দাও। তারপরে সেই গুড়ের বাটীটায় এক ছটাক জল ঢাল। এই জলে ময়দা গুলিয়া তাহাতে আধ পোয়া দুধ মিশাও। অম্বলে এই ময়দা-গোলাটা ঢালিয়া দাও। মিনিট পনের ফুটিলে পর নামাও। মাঝে মাঝে কাঠের হাতা দিয়া নাড়িয়া দিবে। ইহা রাঁধিতে প্রায় এক ঘণ্টা লাগে।

৫৪৬। নারিকেলবড়ার আমসি-অম্বল।

উপকরণ।—ছোট নারিকেল একটি, মটরের ডাল আধ পোয়া, নুন এক তোলা, হলুদ দু গিরা, জল দেড় পোয়া, আমসি দেড় ছটাক, সরিষা তেল তিন ছটাক, চিনি এক কাঁচ্চা, শুক্নালঙ্কা একটি, মেতি মৌরী ও সরিষা মিলাইয়া সিকি তোলা।

প্রণালী।—একটি নারিকেল কুরিয়া রাখ। মটরের ডাল মোলায়েম করিয়া বাঁট। তারপরে বাঁটা-ডালটাকে খুব ফেটাও। যখন বেশ হালকা হইয়া যাইবে তখন ইহাতে নারিকেল কোরা, প্রায় আধ তোলা নুন ও দুয়ানি ভর হলুদ-বাঁটা মিশাও। দেড় ছটাক তেল চড়াইয়া ডালের বড়াগুলি ভাজ। এই বড়া ভাজা তেল অন্য কাজের জন্য আলাদা রাখিয়া দাও।

এক ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে আমসি ছাড়। দু তিন বার কষা হইলে, হলুদ-বাঁটা, চিনি ও নুন জলে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে বড়া ছাড়। একটিবার ফুটিলেই নামাও।

আবার এক ছটাক তেল চড়াও। শুক্নালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। তারপরে তিনফোড়ন ফোড়ন দিয়া তেলে অম্বলটাকে সাঁতলাও।

৫৪৭। কুল-চড়চড়ি।

উপকরণ।—টোপা পাকা কুল এক কুড়ি, তেল দেড় ছটাক, মটর কি মসুর বড়ি আটটা, গুড় আধ ছটাক, হলুদ-বাঁটা এক গিরা, শুক্নালঙ্কা একটি, সরিষা মেতি ও মৌরী মিলাইয়া সিকি তোলা, নুন আধ তোলা, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—টোপাকুলগুলির বোঁটা ছাড়াইয়া দুদিন রোদে দিয়া ইহার নাল মারিয়া লও।

এক ছটাক তেল চড়াও। তেলে বড়িগুলি সাঁতলাইয়া উঠাও। তারপরে ঐ তেলে কুল ছাড়। নাড়াচাড়া করিয়া কষ। পরে গুড় ও হলুদ-বাঁটা জলে গুলিয়া উহাতে ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে বড়ি ছাড়। নুন দাও। তারপরে হাঁড়ি নামাও।

আবার আধ ছটাক তেল চড়াও। শুক্নালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও তারপরে তিনফোড়ন দিয়া, তেলে অম্বলটা সাঁতলাও। জল মরিয়া শুকা অথচ রসারসা থাকিতে নামাইবে।

৫৪৮। পাকা পেঁপের অম্বল।

উপকরণ।—পাকা পেঁপে আধ পোয়া, তেঁতুল দু ছড়া, চিনি আধ কাচ্চা, নুন প্রায় আধ তোলা, ঘি আধ কাঁচ্চা, জল তিন ছটাক, সরিষা দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—পেঁপের খোসা ছাড়াইয়া ছোট ছোট ডুমা ডুমা করিয়া বানাও, কিম্বা লম্বা এক আঙ্গুল সমান ফালি করিয়া কাট। তেঁতুলটা জলে গোল, তাহাতে চিনি ও নুন মিশাও।

ঘি চড়াইয়া সরিষা ফোড়ন দাও। পরে তেঁতুল-গোলা ঢাল। ফুটিয়া উঠিলে পেঁপে ছাড়। মিনিট পাঁচ ফুটিলে নামাইবে। বেশ ঝোল ঝোল থাকিবে।

৫৪৯। তেঁতুলবড়া।

উপকরণ।—তেঁতুল আধ ছটাক, মটর ডাল এক ছটাক, নুন প্রায় এক তোলা, জীরা সিকি তোলা, হিং দু রতি, সরিষা তেল দেড় ছটাক, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—মটর ডাল ভিজাইতে দাও। ভিজিলে পর, মিহি করিয়া পিষ। ডাল-বাঁটাটাকে খুব ফেটাও। বেশ শাদা ও হালকা হইলে, একটু নুন দিয়া আর এক বার ফেটাও। এক ছটাক তেল চড়াইয়া তাহাতে ডালের বড়াগুলি ভাজ।

আধ ছটাক তেল চড়াও। জীরা ও হিং ফোড়ন ছাড়। তার-পরে তেঁতুল-গোলা ঢালিয়া দাও। নুন দাও। ফুটিয়া উঠিলে, তাহাতে ভাজা বড়াগুলি ছাড়। মিনিট ছয় সাত ফুটিলে পর নামাও।

৫৫০। লাল কচুশাকের অম্বল।

উপকরণ।—লাল কচুশাক দুই ডাল, পাকা তেঁতুল আধ ছটাক, সরিষা তেল এক ছটাক, জল আড়াই পোয়া, নুন আধ তোলা, মৌরী, মেতি ও সরিষা মিলাইয়া সিকি তোলা।

প্রণালী।—কচুশাক বানাও। * আধ পোয়া জলে তেঁতুল গুলিয়া রাখ। তেঁতুলের ছিবড়া ফেলিয়া দাও।

একটি হাঁড়িতে আধ সের জল দিয়া কচুশাক সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট কুড়ি পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে, শাকগুলা নিংড়াইয়া জল গালিয়া ফেল।

সরিষা তেল চড়াও। ফোড়ন দাও। তেলে কচুশাক ছাড়িয়া কষিতে থাক। দু তিন মিনিট কষিয়া ছাঁচনা ঢালিয়া দাও। নুন দাও। জল মরিয়া বেশ মাখ-মাখ হইলে নামাও।

---

* ৩২৩ পৃষ্ঠায় "কচুশাকের ঘণ্টে" কচুশাক বানান দেখ।

৫৫১। কচুশাকের টক-অম্বল।

উপকরণ।—কচুশাক দু ডাল, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা একটি, সরিষা আধ তোলা, নুন পোন তোলা, জল তিন পোয়া, কাঁচা তেঁতুল চার ছড়া, সরিষা তেল আধ ছটাক, মেতি ও সরিষা মিলাইয়া দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—কচুশাক বানাইয়া আধ সের জলে সিদ্ধ করিতে দাও। এই সঙ্গে ইহাতে কাঁচা তেঁতুলও সিদ্ধ করিতে দাও। একটু পরে তেঁতুল উঠাইয়া লইবে। শাক সিদ্ধ হইয়া গেলে, জল গালিয়া ফেল।

কাঁচা তেঁতুল চটকাইয়া এক পোয়া জলে গুলিয়া মাড়ি বাহির কর। হলুদ ও সরিষা বাঁটিয়া এই মাড়ির সহিত মিশাও।

সরিষা তেল চড়াও। শুক্নালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। তারপরে সরিষা ও মেতি ফোড়ন দাও। ইহার সুগন্ধ বাহির হইলে কচুশাক ছাড়। দু তিনবার কচুশাক নাড়িয়া ছাঁচনা ঢাল। নুন দাও। নাড়িয়া দাও। ইহার জল মরিয়া গেলে নামাও। অল্প ঝোল ঝোল থাকিবে।

৫৫২। কচুশাকের চাটনী-অম্বল।

উপকরণ।—কচুশাক দু ডাল, হলুদ দেড় গিরা, শুক্নালঙ্কা একটি, সরিষা তেল দেড় ছটাক, নূতন পাকা তেঁতুল তিন ছড়া, নুন আধ

তোলা, তিন ফোড়ন সিকি তোলা, জীরা সিকি তোলা, জল তিন পোয়া, চিনি আধ তোলা।

প্রণালী।—এক পোয়া জলে নূতন পাকা তেঁতুল গুলিয়া তাহার শিটা ফেলিয়া দাও। হলুদ ও শুক্নালঙ্কা বাটিয়া তেঁতুল-মাড়ির সহিত গোল। জীরা কাঠখোলায় ভাজিয়া গুঁড়াইয়া রাখ।

কচুশাক বানাইয়া আধসের জলে সিদ্ধ করিতে দাও। সিদ্ধ হইলে পর জল গালিয়া মোলায়েম কর।

একটি হাঁড়িতে তেঁতুলের ছাঁচনা ঢাল। ফুটিয়া উঠিলে কচুশাক ছাড়। নুন ও চিনি দাও। মিনিট সাত আট ফুটিলে পর নামাইয়া ঢালিয়া ফেল।

আবার হাঁড়িতে তেল চড়াও। ফোড়ন দাও। তারপরে তেলে অম্বল সাঁতলাও। কাঠের হাতা দিয়া ঘুঁটিয়া দাও। বেশ থকথকে হইয়া আসিলে নামাইয়া জীরা-ভাজা-গুঁড়া ইহার উপরে ছড়াইয়া দাও।

৫৫৩। আনারসের অম্বল।

উপকরণ।—আধখানি আনারস, নারিকেল সিকিখানা, নেবু দুটী, ঘি এক কাঁচ্চা, কাঁচালঙ্কা একটি, মৌরী ও মেতি মিলাইয়া দুয়ানি ভর, চিনি দেড় কাঁচ্চা, দারচিনি সিকি তোলা, নুন আধ তোলা।

প্রণালী।—আনারসের খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি করিয়া বানাও। নারিকেল কুরিয়া রাখ। নেবুর রস করিয়া আলাদা রাখ।

ঘি চড়াও। ঘিয়ে ফোড়ন দিয়া আনারস ছাড়। দু এক বার নাড়িয়া এক ছটাক জল দাও। দারচিনি, চিনি, নুন ও কাঁচালঙ্কা-কুচি দাও। তারপরে নারিকেল-কোরা দিয়া নেবুর রস দাও। দু তিনবার ফুটিলে নামাও।

৫৫৪। চালতা-চড়চড়ি।

উপকরণ।—পাকা চালতা একটি, হলুদ দু গিরা, শুক্নালঙ্কা দুটী, সরিষা দশ আনি ভর, নুন পোন তোলা, সরিষা তেল এক ছটাক, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—একটী শিলে ছাড়ান পাকা চালতা * রাখিয়া নোড়া দিয়া ছেঁচিয়া রাখ।

হলুদ ও একটি শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ। আধ তোলা সরিষাও পিষিয়া রাখ।

সরিষা তেল চড়াও। একটি শুক্নালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। তারপরে দুয়ানি ভর সরিষা ফোড়ন দিয়া চালতা ছাড়। প্রায় সাত আট মিনিট ধরিয়া খুব কষ। নুন দাও। চালতার জল মরিয়া আসিলে আধ পোয়া জলে হলুদ, শুক্নালঙ্কা ও সরিষা-বাঁটা গুলিয়া ঢালিয়া দাও। আরও মিনিট আট দশ পরে ইহার জল মরিয়া শুক্না তেলের উপরে থাকিলে নামাইবে।

---

* প্রথম খণ্ডে ১৭১ পৃষ্ঠায় 'পাকা চালতা ভাতে' চালতা বানাইবার প্রণালী দেখ।

৫৫৫। আঁটি আমড়ার চড়চড়ি।

প্রণালী।—আঁটি আমড়া ছেঁচিয়া ঠিক চালতার ধরণে চড়চড়ি রাঁধিলে বেশ খাইতে লাগে।

ভোজন বিধি।—কলাই ডাল ও আমড়ার চড়চড়ি দিয়া ভাত খাইতে হয়।

৫৫৬। আমের বোলের অম্বল।

উপকরণ।—এক হাত লম্বা আমের বোল দুই ডাল, হলুদ দেড় গিরা, সরিষা আধ তোলা, শুষ্কালঙ্কা দুটী, নুন পোন তোলা, তেঁতুল দু ছড়া, জল আধ সের, ছোলার ডাল এক ছটাক, সরিষা তেল আধ পোয়া, পাঁচফোড়ন সিকি তোলা।

প্রণালী।—ছোলার ডাল ভিজাইতে দাও। পিষিয়া ফেটাইয়া রাখ।

হলুদ, সরিষা ও একটি শুষ্কালঙ্কা পিষিয়া রাখ। আধ সের জলে তেঁতুল ভিজাইয়া রাখ। তেঁতুল ঐ জলে গুলিয়া উহার শিটা ফেলিয়া দাও। এখন ইহাতে পেষা মশলা গুলিয়া রাখ।

আমের বোলের ডাঁটি ছোট ছোট করিয়া কাট। এক ছটাক তেল চড়াইয়া ডালের বড়াগুলি ভাজিয়া উঠাইয়া রাখ। ঐ তেলে আমের বোল ছাড়। তিন চার মিনিট কষিয়া উঠাও।

একটি হাঁড়িতে তেঁতুল-গোলা ঢালিয়া চড়াইয়া দাও। ফুটিয়া

উঠিলে আমের বোল ছাড়। বড়াগুলি ছাড়। নুন দাও। মিনিট দশ ফুটিলে পর নামাও।

আবার এক ছটাক তেল চড়াও। একটি শুক্লালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। পাঁচফোড়ন ছাড়। এই তেলে অম্বলটাকে সাঁতলাও। জল মরিয়া রস রস থাকিলে নামাও।

৫৫৭। আমড়ার বোলের অম্বল।

প্রণালী।—ঠিক উপরোক্ত প্রকারে রাঁধিবে।

৫৫৮। কাঁচা আমের ফটকিরি ঝোল।

উপকরণ।—কচি কাঁচা আম আটটী, হলুদ-বাঁটা সিকি তোলা, জল আধ পোয়া, নুন প্রায় সিকি তোলা, তেল আধ কাচ্চা, সরিষা এক আনি ভর।

প্রণালী।—আমের খোসা ছাড়াইয়া আধখানা করিয়া কাট। সরিষা তেল চড়াও। সরিষা ফোড়ন দাও। তেলে আমগুলা ছাড়। দু একবার নাড়িয়া হলুদ-জল দাও। নুন দাও। সিদ্ধ হইয়া গেলে প্রায় মিনিট সাত পরে নামাইবে।

৫৫৯। পাকা দিশি আমড়ার অম্বল।

প্রণালী।—পাকা আমড়া ফাটাইয়া দিবে। তারপরে ঠিক আমের ফটকিরি ঝোলের মত করিয়া রাঁধিবে। একটু মিষ্টি দিবে।

৫৬০। জলপাইয়ের অম্বল।

প্রণালী।—জলপাই দু তিনটুকরা করিয়া কাটিবে। তারপরে কাঁচা আমের ফটকিরি ঝোলের মত করিয়া রাঁধিবে।

৪৬১। বিলাতী বেগুনের অম্বল।

উপকরণ। বিলাতী বেগুন চারিটী, হলুদ এক গিরা, শুক্নালঙ্কা একটি, নুন আধ তোলা, তেঁতুল এক ছড়া, সরিষা দুয়ানি ভর, চিনি আধ তোলা, জল আধ পোয়া, সরিষা তেল এক ছটাক।

প্রণালী।—বিলাতী বেগুন চার বা ছয়টুকরা করিয়া কাট। হলুদ ও শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ। আধ পোয়াটাক্ জলে তেঁতুল গুলিয়া রাখ। তেঁতুলের ছিবড়া ফেলিয়া দিবে। তেঁতুল-গোলায় পেষা মশলা, চিনি ও নুন গুলিয়া রাখ।

আধ ছটাক তেল চড়াও। বিলাতী বেগুন ছাড়। দু তিন

মিনিট করিয়া ছাঁচনা ঢাল। মিনিট পাঁচ ফুটিলে পর, নামাও।

আবার হাঁড়িতে আধ ছটাক তেল চড়াও। সরিষা ফোড়ন ছাড়। তারপরে এই তেলে অম্বল সাঁতলাও। বেশ গাঢ় গাঢ় হইয়া আসিলে নামাও।

৫৬২। বিলাতী বেগুনের পাতলা অম্বল।

উপকরণ।—বিলাতী বেগুন চারিটী, হলুদ-বাঁটা সিকি তোলা, তেঁতুল এক ছড়া, চিনি এক তোলা, নুন আধ তোলা, জল এক পোয়া, তেল এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—বিলাতী বেগুন চার ফালি করিয়া কাট।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। তিন ফোড়ন ছাড়। বিলাতী বেগুন ছাড়। দু একবার নাড়িয়া, জলে তেঁতুল গুলিয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও। হলুদ-বাঁটা দাও। নুন ও চিনি দাও। মিনিট পাঁচ ফুটিলে পর বেগুনগুলি বেশ নরম হইয়া গেলে, নামাইবে। ইহার পাতলা পাতলা ঝোল থাকিবে।

৫৬৩। কাঁচা তেঁতুলের সরবতী অম্বল।

উপকরণ।—কাঁচা তেঁতুল তিন ছড়া, নুন আধ তোলা, চিনি দেড় ছটক, জল আধ সের, সরিষা তেল বা ঘি আধ কাঁচ্চা, মৌরী দুয়ানি ভর।

প্রণালী।—কাঁচা তেঁতুল আধ সের জলে সিদ্ধ করিতে দাও। মিনিট পাঁচ ছয়ের মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে, নামাইয়া রাখ। ঠাণ্ডা হইলে ঐ জলেতেই তেঁতুলটাকে বেশ করিয়া গুলিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া রাখ। উহাতে চিনি ও নুন মিশাও।

তেল বা ঘি চড়াইয়া তাহাতে মৌরী ফোড়ন দাও। এইবারে তেলে অম্বলটা সাঁতলাও। বার দুই ফুটিয়া উঠিলেই নামাইবে।

ইহাতে ভাত মাখিয়া খাইতে ভাল। ইহা খাইলে গরমের দিনে ঠাণ্ডা হয়।

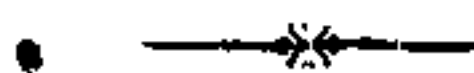
৫৬৪। লালকুমড়ার অম্বল।

উপকরণ।—লালকুমড়া এক ফালি, নূতন তেঁতুল দুই ছড়া, বেগুন একটি, মসুর ডালের বড়ি দশটী, হলুদ এক গিরা, সরিষা আধ তোলা, নুন প্রায় পোন তোলা, জল এক পোয়া, তিনফোড়ন সিকি তোলা, সরিষা তেল আধ ছটাক।

প্রণালী।—লালকুমড়া ডুমা ডুমা করিয়া কাট। বেগুনও ডুমা ডুমা আকারে কাট। হলুদ ও সরিষা পিষিয়া রাখ। তেঁতুলটুকু জলে গুলিয়া তাহার সঙ্গে মশলা-বাটা গোল।

সরিষা-তেল চড়াও। তেলে বড়িগুলি কষিয়া উঠাও। ফোড়ন দাও। কুমড়া ছাড়। কুমড়াগুলি কষিয়া তারপরে ছাঁচনা ঢাল। ফুটিয়া উঠিলে বেগুন ও বড়ি ছাড়। নুন দাও। সব সিদ্ধ হইয়া গেলে বেশ অল্প ঝোল থাকিলে অথচ মাখ-মাখ হইলে নামাইবে।

আমসি, কুল, কাঁচা তেঁতুল ইত্যাদির সঙ্গে লালকুমড়া দিয়া রাঁধিলেও বেশ হয়।

৫৬৫। রাঙাশাকের অম্বল।

উপকরণ।—রাঙাশাক এক আঁটি, সরিষা তেল এক তোলা, সরিষা দুয়ানি ভর, তিনফোড়ন দুয়ানি ভর, শুক্নালঙ্কা দুটি, তেঁতুল দেড় তোলা, হলুদ এক গিরা, নারিকেল-কোরা এক ছটাক, কিস-মিস কুড়ি পঁচিশটী, নুন প্রায় আধ তোলা, চিনি দেড় তোলা, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—লাল শাকগুলি প্রথমে বাছিয়া, তারপরে গোড়ার ডাঁটা আন্দাজ দেড় আঙ্গুল বাদ দিয়া সব কুঁচাইয়া ফেল। শাকগুলি ধুইয়া রাখ। হলুদ ও একটি শুক্নালঙ্কা পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। তেলে একটি শুক্নালঙ্কা ছিঁড়িয়া দু তিন টুকরা করিয়া ছাড়। লঙ্কার রং গাঢ় লালচে হইয়া আসিলে তিন-ফোড়ন ছাড়। তারপরে সরিষা ছাড়। সরিষাগুলি চুরচুর করিলেই শাকগুলি ঢালিয়া দিবে। দু একবার নাড়িয়া নুন দাও এবং হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। তেঁতুলটুকু পূর্ব্ব হইতে জলে ভিজাতেই দিবে। তেঁতুল জলে গুলিয়া তাহার মাড়ি বাহির কর। শিটা ফেলিয়া দাও। এই মাড়ির সহিত হলুদ ও লঙ্কা-বাঁটা মিশাও। শাকের জল বাহির হইলে, তাহাতে এই মাড়িটা ঢালিয়া দিবে। ফুটিলে পর, নারিকেল-কোরা, কিসমিস ও চিনি দিবে। পাঁচ সাত মিনিট

ঝাল, টক, নুন ও মিষ্টি সব সমান হওয়া চাই। খাইতে চাটনীর মত লাগিবে।

৫৬৬। নিচুর চাটনি অম্বল।

উপকরণ।—সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, সরিষা দুয়ানি ভর, পাঁচ-ফোড়ন দুয়ানি ভর, শুক্নালঙ্কা দুটি, টক্ নিচু এক কুড়ি, জল দেড় ছটাক, চিনি এক কাঁচ্চা কিম্বা দেড় কাঁচ্চা, নুন সিকি তোলা, সরিষা-বাঁটা আধ তোলা।

প্রণালী।—এক কুড়ি নিচু (অনেক সময় নিচু টক হইলে, শুধু খাওয়া যায় না তখন তাহার অম্বল করিলে বেশ হয়।) লইয়া খোসা ছাড়াইয়া রাখ। নিচুর বিচি ফেলিয়া কেবল শাঁসগুলি লইতে হইবে।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। হাঁড়িটা ঘুরাইয়া তেল হাঁড়ির চারি-দিকে লাগাইয়া লও। তেলে একটি শুক্নালঙ্কা ছিঁড়িয়া দু তিনটুকরা করিয়া ছাড়। লঙ্কা একটু হইয়া আসিলে পাঁচফোড়ন ও সরিষা ছাড়। ফোড়নের বেশ সুবাস বাহির হইলে, নিচুর শাঁসগুলা ছাড়। একটি চামচ বা কাঠের হাতা দিয়া নাড়িতে থাক। ইহার জলটা একটু মরিয়া আসিলে, জলে একটি শুক্নালঙ্কা-বাঁটা, নুন ও চিনি মিশাইয়া ঢালিয়া দাও। দু এক মিনিট পরে ফুটিয়া উঠিলেই সরিষা-বাঁটাটুকু দাও। বেশ রস-রস হইয়া আসিলে নামাইবে।

৫৬৭। পুরাণ তেঁতুলের অম্বল।

উপকরণ।—পুরাণ তেঁতুল এক কাঁচ্চা, জল এক পোয়া, নুন আধ তোলা, সরিষা এক আনি ভর, সরিষা তেল আধ তোলা, চিনি পোন তোলা।

প্রণালী।—পূর্ব্ব রাত্রে তেঁতুল জলে ভিজাইয়া রাখিবে। পরদিন সকালে তেঁতুলের ছিবড়া ফেলিয়া মাড়ি লইবে। তারপরে এই মাড়িতে নুন ও চিনি মিশাইবে।

হাঁড়িতে সরিষা-তেল চড়াও। পরে তেলে সরিষা ফোড়ন দিয়া অম্বলটা সাঁতলাও। মিনিট ছয় সাত ফুটিলে তবে নামাও।

ভোজন বিধি।—ইহা পুরাণ রোগীদের পক্ষে উপকারী। এই অম্বলে মুখের খুব রুচি করে।

৫৬৮। মিঠা খাট্টা।

উপকরণ।—শাদাকুমড়া আধ ফালি, কচি বেগুন আধখানা, মূলা একটি, পাঁচফোড়ন সিকি তোলা, তেজপাতা একটি, শুকালঙ্কা তিনটী, হলুদ বড় এক গিরা, রসুন দু কোয়া, আদা সিকি তোলা, জল তিন ছটাক, তেঁতুল দু ছড়া, চিনি এক কাঁচ্চা, নুন পোন তোলা, সরিষা তেল এক ছটাক।

প্রণালী।—শাদা কুমড়া কুচি কুচি কাট। বেগুন ছোট ডুমা

এক ছটাক জলে তেঁতুল গুলিয়া রাখ। তাহাতে চিনি ও নুন মিশাও।

হলুদ, দুটি শুক্নালঙ্কা, রসুন ও আদা একত্রে পিষিয়া রাখ।

হাঁড়িতে তেল চড়াও। তেজপাতা একটি শুক্নালঙ্কা ও পাঁচ-ফোড়ন ফোড়ন দাও। তারপরে মশলা-বাঁটা ছাড়। সাত আট মিনিট লাল করিয়া কষ। তরকারী ছাড়। তরকারী ভাল করিয়া কষা হইলে পর, আধ পোয়া জল দিয়া ঢাকিয়া রাখ। মিনিট ছয় সাত পরে তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলে তেঁতুল-গোলাটা ঢালিয়া দাও। বেশ মাথ-মাথ হইলে নামাও।

৫৬৯। কদম্‌ফুলের অম্বল।

উপকরণ।—কদম্বফুল তিনটী, তেঁতুল দেড় কাঁচ্চা, চিনি এক কাঁচ্চা, নুন প্রায় দশ আনি ভর, পাঁচফোড়ন দুয়ানি ভর, জীরা সিকি তোলা, হলুদ-বাঁটা সিকি তোলা, জল তিন ছটাক, তেল আধ ছটাক।

প্রণালী।—কদম্‌ফুল আনিয়া তাহার উপরের গা বেশ করিয়া চাঁচিয়া ফেল। এখন ভিতরের শাঁস ছোট ডুমা ডুমা করিয়া বানাইয়া ধোও।

তিন ছটাক জলে তেঁতুল ভিজাইতে দাও। তেঁতুলের মাড়ি বাহির করিয়া সিটা ফেলিয়া দাও। তেঁতুলে হলুদ-বাটাটুকু মিশাও।

জীরা কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে এক কাঁচ্চা তেল চড়াইয়া

শাঁসগুলি অল্প সাঁতলাইয়া লও। তারপরে ইহাতেই তেঁতুল-গোলা ঢালিয়া দাও। চিনি ও নুন দাও। মিনিট দশ পনের পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে হাঁড়ি নামাইয়া ঢালিয়া রাখ।

আবার হাঁড়িতে তেল চড়াও। পাঁচফোড়ন ছাড়। তেলে অম্বলটাকে সাতলাও। নামাইয়া ইহার উপরে ভাজা-জীরা-গুঁড়া ছড়াইয়া দাও।

৫৭০। খেজুরের চাটনী অম্বল।

উপকরণ।—কলসী খেজুর আটটা, চিনি আধ ছটাক, নেবু একটা, কাঁচালঙ্কা একটা, জল এক ছটাক।

প্রণালী।—এক ছটাক জলে চিনি দিয়া চড়াইয়া দাও। চিনি গলিয়া যাইলে খেজুর দাও। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নেবুর রস দাও। তারপরে একটি কাঁচালঙ্কা ভাঙ্গিয়া দাও। দু তিন বার নাড়াচাড়া করিয়া নামাও।

৫৭১। তেঁতুলপাতার ঝোল।

উপকরণ।—সরিষা তেল এক কাঁচ্চা, সরিষা দুয়ানি ভর, তেঁতুল পাতা তিন ছটাক, জল আধ পোয়া, নূতন তেঁতুল এক

প্রণালী।—কচি দেখিয়া তেঁতুলপাতা আনিবে। ডাল হইতে তেঁতুলপাতাগুলি ঝরাইয়া লইবে।

হাঁড়িতে তেল চড়াইয়া তাহাতে সরিষা ফোড়ন দাও। তেঁতুল-পাতা ছাড়। অল্প নাড়াচাড়া করিয়া জল দাও। সিদ্ধ হইলে পর তেঁতুল গুলিয়া তাহার মাড়িটা দিবে অথবা নেবুর রস দিবে। এই সঙ্গে নুন ও চিনি দিবে। দু এক ফুট ফুটিলেই নামাইবে।

ইহা খাইতে বেশ লাগে। বড় মুখ রুচিকর।

অষ্টাদশ অধ্যায়।

দয়ের তরকারী।

প্রয়োজনীয় কথা।

দয়ের তরকারীর আসল জিনিষ দই। তারপরে তাহার আনু-ষঙ্গিক থাপ থাওয়াইয়া অন্যান্য উপকরণ তাহাতে মিশ্রিত করিতে হইবে।

দই প্রস্তুত করিতে হইলে দুধ ভিন্ন বিশেষ অন্য কোন উপকরণের দরকার হয় না। কেবল একটু কৌশল জানা চাহি। দই পাতার এক বিশেষ মন্ত্র পরিষ্কার পরিচ্ছন্নতা। অপরিচ্ছন্নতায় দই ভালরূপে না জমিয়া ছানা হইয়া যায়, অর্থাৎ দুধ ছিঁড়িয়া যায়। দই ঠাণ্ডায় সহজে জমিতে চায় না। গরমে শীঘ্রই জমিয়া যায়। সেই জন্য ঠাণ্ডার সময় দই জমাইতে হইলে কম্বল ইত্যাদি জড়াইয়া গরমে রাখিতে হয়। রৌদ্রে দই জমাইলেও বড় চমৎকার হয়।

দই যে ভাঁড়ে পাতিতে হইবে সেই ভাঁড়টী বরাবর ভাল করিয়া ধুইয়া ঘুঁটের ধোঁয়ায় পোড়াইবে; তাহা হইলে ভাঁড়ের দুধ-পচা গন্ধ চলিয়া যাইবে, এবং সেই সঙ্গে ভাঁড়টী শুকাইয়া আবার নূতন ভাঁড়ের মত হইবে। ইহাতে দই পাতিলে চার পাঁচ দিন পর্য্যন্ত ভাল থাকিবে।

উপকরণ।—জীরা, শুক্নালঙ্কা, মেতি, সরিষা, আদা, কাঁচালঙ্কা, ধনে, তেল, ঘি প্রভৃতি ইহার উপকরণ। ইহাতে মশলা কমই লাগে।

শীতকালে দইয়ের তরকারী বাসী করিয়া খাইলে মন্দ লাগে না। কিন্তু গরমের সময় বাসী না খাইয়া আহার করিবার দু তিন ঘণ্টা আগে প্রস্তুত করিয়া তারপরে খাইলেই ভাল।

দইয়ের কথা।—দই কখন আগুনের উপরে সাঁতলাইয়া ফুটিতে দিবে না, তাহা হইলেই ছানা হইয়া যাইবে। 'দই সাঁতলাও' বলিলে, আগুনে ঘি বা তেল চুরাইয়া লইয়া তারপরে হাঁড়ি নীচে নামাইয়া তবে দই ঢালিয়া সাঁতলাইতে হইবে। অথবা আগুনের উপরে যেমন দই ঢালিবে তখনি নামাইয়া ফেলিবে; মোটেই ফুটিতে দিবে না। কিন্তু ঘোল-ভাত আগুণের উপরেই করা হয়। উহা হিলাইবার গুণে ছানা হইতে পারিবে না।

ভোজন বিধি।—দয়ের তরকারী লুচি, ভাত দুয়ের সহিতই খাওয়া চলে। ভাতের সহিত যখন খাইবে তখন অম্বল খাওয়া হইলে তারপরে দয়ের তরকারী দিয়া খাইতে হইবে। ঝোল বা কালীয়া প্রভৃতির সঙ্গে চাকনা দিয়াও দয়ের তরকারী খাইতে অনেক সময়ে বেশ লাগে। গুরুপাক দ্রব্য খাইবার পর দয়ের তরকারী খাইলে হজমের সহায়তা করে।

৫৭২। দইপাতা।

উপকরণ।—দুধ দেড় সের, দইয়ের জল আধ কাঁচ্চা, একটি নুতন মাটির হাঁড়ি বা পরিষ্কার চীনের বাসন।

প্রণালী।—দুধ দু তিন বলক জ্বাল দিবে। তারপরে হাঁড়ি বা বাটীতে ঢালিয়া রাখিবে। যখন বেশ ঠাণ্ডা হইয়া যাইবে, কেবল মাত্র কুসুম কুসুম মিঠে গরম থাকিবে তখন দুধের সর একটু সরাইয়া সেই দইয়ের জলটুকু দিবে। তখনি ঢাকনা দিয়া হাঁড়ি বা বাটীর মুখটী ঢাকিয়া রাখিবে। প্রায় এক ঘণ্টা পরে আবার ঢাকনাখানি খুলিয়া দিবে। তারপরে আর না ঢাকিলেও চলে। দু এক ঘণ্টা পরে দেখিবে দই জমিয়া গিয়াছে।

সেইদিন বিকালে টাটকা খাইতে পার। কিন্তু তত টক হইবে না। পরদিন খাইলে বেশ টক হইবে।

শীতকালে দই জমাইতে বড় মুস্কিল হয়। গরম জায়গায় রাখিলে তবে জমিয়া যায়। দই গরমে সহজে জমিয়া যায়। কিন্তু দই পাতিবার কালে পরিষ্কার পরিচ্ছন্ন করিয়া না করিলে ছিঁড়িয়া ছানা হইয়া যায়।

৫৭৩। রৌদ্রে দইপাতা।

প্রণালী।—শীতকালে রৌদ্রে ঠিক দুই ঘণ্টার মধ্যে দই বসিয়া যায়। গ্রীষ্মকালে রৌদ্রের উত্তাপে দই ছিঁড়িয়া যায়।

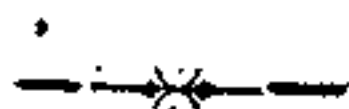
ঠাণ্ডা বলকা দুধে একটু দইয়ের দম্বল দিয়া রৌদ্রে পাত্রটী রাখিয়া দিবে। বাটীর মুখে একটি মিহি পাতলা কাপড় দিয়া ঢাকিয়া দিবে। তাহার উপরে তারের ঢাকা চাপা দিবে, তা না হইলে কাকের মুখ দিবার সম্ভব। প্রায় দুই ঘণ্টা পরে রৌদ্রে দুধ খুব গরম হইলে ঘরে আনিয়া ঠাণ্ডা করিতে দিবে। দেখিবে দইয়ে

কেমন পুরু সর পড়িয়াছে ; এবং একটু পরে দইও বেশ চাপ হইয়া বসিয়া যাইবে।

দই যখন পাতিবে ক্রমাগত নাড়ানাড়ি করিয়া হিলাইবে না, তাহা হইলে ইহার সর ভাঙ্গিয়া যাইবে—ছিঁড়িয়া যাইবে। যখন হাঁড়িতে দই বসাইবে হাঁড়িটী বরাবর একটি বিঁড়ার উপরে বসাইয়া রাখিবে।

৫৭৪। মিষ্টি দই।

প্রণালী।—অনেকে মনে করেন মিষ্টি দই গোয়ালারা না জানি কি কৌশলেই পাতিয়া থাকে। আমরা নিম্নে ইহার যেরূপ প্রস্তুত প্রণালী লিখিতেছি তাহাতে সকলে সহজে বেশ ভাল মিষ্টি দই ঘরে ঘরে পাতিতে পারিবেন। যদি শাদা মিষ্টি দই পাতিতে চাহ তো দুধ চিনি দিয়া জ্বাল দিবে ; কিন্তু বেশী জ্বাল দিবার আবশ্যক নাই। তিন বলক হইলেই যথেষ্ট হইবে। দই পাতিবার হাঁড়িতে দুধ ঢালিয়া দিলে পর আর হাঁড়িটি হিলাইবে না। যেখানে হাঁড়িটী বরাবর বসাইয়া রাখিবে সেইখানে প্রথম হইতেই বিঁড়ার উপরে রাখিয়া দিবে। পর দিন ভাল করিয়া দই বসিয়া যাইলে পর তবে হাঁড়ি নাড়িবে। লাল মিষ্টি দই পাতিতে হইলে লাল বাতাসা দিয়া জ্বাল দিতে হইবে। তারপরে উপরোক্ত 'দই পাতা'র প্রণালীতে দই পাতিবে।

৫৭৫। মিছে দয়ে মাছ।

উপকরণ।—একটি ভাল মোচা, একটি খুলি দই আধ সের, আদা আধ তোলা, কাঁচালঙ্কা তিনটী, নুন প্রায় পোন তোলা, জীরা সিকি তোলা, মাখন-মারা ঘি এক ছটাক।

প্রণালী।—আদা ও কাঁচালঙ্কা কুঁচাইয়া রাখ। জীরা কাঠ-খোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া রাখ।

ভাল মোচা আনিয়া পাতা খুলিতে থাক। যতক্ষণ না ভিতরের শাদা অংশ আসে খুলিবে। তারপরে সেই কচি শাদা মোচাটুকু ভাতের ফেনে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট পনের পরে সিদ্ধ হইলে পর নামাও। সিদ্ধ হইলে পর মোচার উপরের দু তিনটা পাতা কাল হইয়া যায়। সেই পাতাগুলি ছাড়াইয়া ফেল। এখন সিদ্ধ মোচাটীকে বেশ মোটা চাকা চাকা করিয়া কাট।

দইটা একটা গাঢ় পাত্রে রাখিয়া খুব ফেটাইয়া লও। তাহাতে আদা, কাঁচালঙ্কা-কুচি ও নুন মিশাও। এইবারে মোচাগুলিও দয়েতে দাও। উপর হইতে জীরা-ভাজার-গুঁড়া ছড়াইয়া দাও এবং মাখন-মারা ঘি দাও।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি ও পোলাওয়ের সহিত খাইতে লাগে।

৫৭৬। ইঁচড়ের দয়ে মাছ।

প্রণালী।—কচি টাটকা ইঁচড় আনিয়া শাদা করিয়া খোসা ছাড়াও। আধ-চাকা করিয়া কাট। সিদ্ধ করিয়া উপরোক্ত প্রকারে প্রস্তুত কর।

মোচার 'দয়ে-মাছ' দেখ।

৫৭৭। দয়ে ইন্দ্রাল।

উপকরণ।—দই একসের, জীরা আধ তোলা, ঘি আধ ছটাক, নুন এক তোলা।

প্রণালী।—৪৯৬ পৃষ্ঠায় ইন্দ্রাল দেখিয়া প্রস্তুত কর। তারপরে চার-কোণা করিয়া কাটিয়া দইয়ে ফেল। নুন মিশাও।

ঘি চড়াইয়া তাহাতে জীরা ফোড়ন দিয়া দই সাঁতলাও।

৫৭৮। দইয়ের কাঢ়ি।

উপকরণ।—দই আধ পোয়া, বেশন এক তোলা, জল এক পোয়া, নুন আধ তোলা, হলুদ সিকি তোলা, শুক্‌নালঙ্কা দুটী, তেঁতুল এক ছড়া, ঘি এক কাঁচ্চা, তেজপাতা একখানি, জীরা সিকি তোলা।

প্রণালী।—আধ পোয়া দইয়ে এক তোলা বেশন মিলাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া রাখ।

এক পোয়া জলে তেঁতুল গোল। ইহার শিটা ফেলিয়া দাও। দইয়ের সহিত তেঁতুল-গোলাটা মিলাইয়া লও। দইটা এখন বেশ পাতলা করিয়া লইতে হইবে। ইহাতে নুন, হলুদ বাঁটা ও একটি শুকালঙ্কা-বাঁটা মিলাও। বেশ টক্‌টক্ ও অল্প ঝাল আস্বাদ হইবে।

হাঁড়ি চড়াও। এক কাঁচ্চা ঘি চড়াইয়া তেজপাতা ও জীরা ফোড়ন দিয়া কাড়িটাকে সাঁতলাও। মিনিট ছয় সাত পাকাইয়া গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা বেশ ঠাণ্ডা। গ্রীষ্মের সময় ভাত দিয়া খাইতে ভাল।

৫৭৯। বুঁদিয়া কাড়ি।

উপকরণ।—ভাল দই আধসের, বেশন দেড় ছটাক, ঘি আধ পোয়া, জীরা আধ তোলা, গোলমরিচ-গুঁড়া আধ তোলা, সৈন্ধব নুন প্রায় পোন তোলা, জল দেড় ছটাক।

প্রণালী।—জীরা কাঠখোলায় চমকাইয়া রাখ।

ভাল দই আন। দইটা যেন খুব টক না হয়। একটি মিহি কাপড়ে দইটা ছাঁকিয়া রাখ।

দেড় ছটাক বেশন একটি পাত্রে রাখিয়া দেড় ছটাক জল দিয়া গুলিয়া ফেটাও। যখন বেশ হালকা হইয়া যাইবে তখন ঐ ফেটান বেশন একটু লইয়া এক বাটী জলে ফেলিয়া দেখিবে ভাসিয়া

উঠিতেছে কিনা, ভাসিয়া উঠিলে আর ফেটাইবে না।

এখন একটি কড়ায় ঘি চড়াও। ঝাঁহাতে ঝাঁঝরি চিৎ করিয়া ঐ কড়ার উপরে ধর। এখন বেসনের গোলা লইয়া অল্প অল্প করিয়া ঝাঁঝরিতে রগড়াইয়া দাও। ঝাঁঝরির গর্ত্ত অনুসারে বেসন-গোলা টুপ টুপ করিয়া ঘিয়ে পড়িতে থাকিলে ঠিক মুক্তার মত দেখিতে হইবে। তারপরে এই বুঁদিয়াগুলি সেই দয়ে ফেল। সব বুঁদিয়া দয়ে দেওয়া হইয়া গেলে, জীরা-ভাজার-গুঁড়া, গোল-মরিচ-গুঁড়া ও সৈন্ধব নুন দিয়া ঘাঁটিয়া লও।

ইহা টাট্‌কা খাইতে হইবে। বাসী খাইলে বেশী টক হইয়া যায়।

ভোজন বিধি।—ইহা লুচি, ভাত, পোলাও সবের সহিত খাইতে ভাল লাগে।

৫৮০। পেশোয়ারী কড়ি ক্ষীর জমাই।

উপকরণ।—দুধ একসের, আতপ চাল এক পোয়া, চিনি দেড় পোয়া, কেওড়া বা গোলাপজল আধ ছটাক, পেস্তা কুড়িটা, বাদাম কুড়িটা, কিসমিস এক ছটাক, জল আধসের। ইহা ক্ষীরের সরঞ্জাম।

বেশন আধসের, দই এক সের, হলুদ তিন গিয়া, শুক্নালঙ্কা কুড়িটা, ধনে আধ ছটাক, ঘি এক পোয়া। জীরা এক তোলা। ইহা কড়ুই বা কাঢ়ির মশলা।

প্রণালী।—চাল ভিজাইয়া ধুইয়া পিষিয়া রাখ। একসের দুধে আধসের জল দিয়া চড়াও। দুধ গরম হইয়া আসিলেই চাল ছাড়।

একেবারে খুব গাঢ় হইয়া আসিলেই নামাইয়া অৰ্দ্ধেক পেস্তা-কুচি, অৰ্দ্ধেক বাদাম-কুচি, অৰ্দ্ধেক কিসমিস এবং গোলাপজল ইহাতে মিশাও। বাকী পেস্তা, বাদাম ও কিসমিস রাখিয়া দাও। ইহাই ক্ষীর হইল।

হলুদ, লঙ্কা ও ধনে মিহি করিয়া পিষ। দয়ে, বেশন ও বাঁটা মশলা গুলিয়া বস্ত্র-গালিত করিয়া অর্থাৎ কাপড়ে ছাঁকিয়া রাখ। আবার ছাঁকনাটা পেষ। পাঁচ সের জল দিয়া গোল। আবার ছাঁক। আগুনে চড়াও। প্রায় তিন কোয়ার্টার পরে যখন গাঢ় হইয়া যাইবে, তখন থালায় একটু উঠাইয়া দেখিবে; যদি দেখ জমিয়া যাইতেছে তবে নামাইবে।

ঘিয়ে জীরা ফোঁড়ন দিয়া কড়ি সাঁতলাও।

মাটির কুড়িটা খুরি আন। কুড়িখানা শালপাতা বা কলাপাতা আন। খুরিগুলি ধোও। শালপাতাগুলি খুরির সমান অথচ একটু বড় করিয়া খাঁচ খাঁচ করিয়া তারার মত কাট। প্রথমে খুরির উপরে কড়ুই রাখ। তারপরে কড়ুইয়ের উপরে একটি করিয়া ঐ কাটা পাতা বসাইয়া দাও। পাতার উপরে অল্প অল্প ক্ষীর দাও। ক্ষীরের উপরে বাকী অৰ্দ্ধেক পেস্তা-কুচি, বাদাম-কুচি ও কিসমিস সাজাইয়া দাও। ইহার উপরে রূপার পাতা দিয়া ঢাকিয়া দাও।

ভোজন বিধি।—যাঁহারা না জানেন তাঁহারা একেবারে নোস্তা ও মিষ্টি জিনিষ দুই একত্রে হয়ত খাইয়া ফেলিবেন। অথবা হয় তো পাতা সমেতই মুখে উঠাইতে গিয়া সব পড়িয়া যাইবে, আর খাওয়া হইবে না। এরূপ স্থলে খাওয়ার রীতি আগে ক্ষীরের পাতা নামাইয়া নোস্তা কাড়িটুকু খাইয়া লইয়া তারপরে ক্ষীর খাইতে হইবে।

৫৮১। ডাল-মাছ।

উপকরণ।—মাষকলাই ডাল আধ পোয়া, শুক্নালঙ্কা তিনটী, জীরা আধ তোলা, আদা সিকি তোলা, নুন প্রায় এক তোলা, দই আধ সের, মাখন-মারা ঘি আধ ছটাক।

প্রণালী।—ডালগুলি ভিজাইতে দিবে। ভিজিলে ধুইয়া খোসা উঠাইবে এবং শক্ত করিয়া পিষিয়া রাখিবে। জীরা দুয়ানি-ভর এবং একটি শুক্নালঙ্কা গুঁড়া কর। সিকি তোলা নুন আর এই মশলার গুঁড়া ডাল-বাঁটাতে মাখিয়া তিন চারবার ফেটাইয়া লও।

একটি বড় পানের উপরে মাছের আকারে এই ডাল-বাঁটা রাখ। আর একটি পানপাতা দিয়া উপরে জড়াও। এবারে একটি হাঁড়িতে আধ হাঁড়ি জল চড়াও। হাঁড়ির মুখে একটি কাপড় খুব শক্ত করিয়া বাঁধিয়া দাও। ঐ কাপড়ের উপর পাতা-জড়ান ডাল-বাঁটা রাখ। ইহার উপরে একখানি সরা ঢাকা দাও, যেন ভাপ বাহির হইয়া না যায়। মিনিট পনেরর মধ্যে ইহা সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাও।

দই ফেটাও। দইয়ে প্রায় পোন তোলা নুন ও আদা-কুচি মিলাও। ঐ সিদ্ধ ডাল-বাঁটার উপরে দই ঢালিয়া দাও। ইহাতে দুটি শুক্নালঙ্কার গুঁড়া, ছয়আনি-ভর ভাজা-জীরা-গুঁড়া ছড়াইয়া দাও। উপর হইতে মাখন-মারা ঘি ছড়াও। ইহার অনেকটা মাছের মত স্বাদ হইবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি দুয়েতেই খাওয়া চলে।

৫৮২। ঘোলের কাঢ়ি।

উপকরণ।—ঘোল আধসের, ঘি এক কাঁচ্চা, হিং দুই রতি, হলুদ-বাঁটা সিকি তোলা, নুন পোন তোলা, শুক্নালঙ্কা একটা।

প্রণালী।—ঘি চড়াইয়া তাহাতে শুক্নালঙ্কা ও হিং ফোড়ন দাও। ঘোলে নুন ও হলুদ-বাঁটা মিলাইয়া সাঁতলাও। যেমন সাঁতলাইতে ঢালিবে অমনি একবার ফুটিলেই নামাইবে।

ইহাতে ডাল-মাছ ভিজাইয়া দিলেও বেশ হয়।

৫৮৩। পুলী দিয়া কাঢ়ি।

উপকরণ।—কাঁচা মুগডাল আধ পোয়া, হিং তিন রতি, আদা দুয়ানি ভর, শুক্নালঙ্কা দুটি, জীরা সিকি তোলা, নেবু একটি, জোয়ান সিকি তোলা এইগুলি পুরের মশলা।

ভাজামুগ আধসের, শফেদা আধ পোয়া, ঘি এক পোয়া, নুন পোন তোলা, জল সাত ছটাক। এইগুলি বড়ার মশলা।

ঘি এক কাঁচ্চা, মেতি সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা দুটি, জল এক পোয়া, দই আধসের, হলুদ-বাঁটা সিকি তোলা, বেশন এক তোলা, নুন প্রায় পোন তোলা। এইগুলি কাঢ়ির মশলা।

প্রণালী।—কাঁচা মুগের ডাল ভিজাইতে দাও। ভিজিলে ডালের খোসা উঠাইয়া পেষ। খুব ফেটাও। এক টোপ ফেটান-ডাল জলে

ফেলিয়া দেখিবে, যদি ভাসে তাহা হইলে বুঝিবে হালকা হইয়া আসিয়াছে তখন তেল চড়াইয়া তাহাতে ডালের বড়া ভাজিবে। তারপরে এই বড়াগুলি আবার হাত দিয়া গুঁড়াইয়া ইহাতে হিং ভাজিয়া দাও। কিমা-আদা ও নুন মিশাও। শুক্লালঙ্কা ও জীরা কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াও। এখন এই ভাজা মশলা, নেবুর রস ও জোয়ান সব ঐ বড়ার গুঁড়াতে মাখ। ইহাই পুর হইল।

ভাজামুগ সাত ছটাক জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। জল আর না ঝরাইয়া মুগেতেই খাওয়াইয়া দাও। তারপরে হাতে করিয়া মোলায়েম করিয়া ঠেস। শফেদা (চালের ময়দা) মিশাও। এখন এক চিমটী নুন মাখ। পুলীর ন্যায় ঠোঙা গড়িয়া তাহার ভিতরে উপরি লিখিত পুর ভর। পুলীগুলি ঘিয়ে ভাজ।

এই পুলী অমনি ভাজা খাইতেও ভাল লাগে।

দইয়ে বেশন গুলিয়া একটি পাতলা কাপড়ে ছাঁকিয়া লও। দইটা জল দিয়া পাতলা কর এবং উহাতে একটি শুক্লালঙ্কা-বাঁটা, হলুদ-বাঁটা ও নুন মিশাও।

একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। একটি শুক্লালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। মেতি ফোড়ন দাও। তারপরে দইটা ঢাল। খুব হিলাইতে থাক। গাঢ় হইয়া আসিলে ঐ পুলীগুলি ইহাতে ছাড় এবং নামাইয়া ফেল।

৫৮৪। ঘন কাঢ়ি।

উপকরণ।—অম্ল দই আধসের, ঘি বা তেল আধ ছটাক, মেতি সিকি তোলা, নুন সওয়া তোলা, হলুদ দেড় গিরা, জীরা আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা দুইটা, ধনে সিকি তোলা, বেশন আধ পোয়া, জল আধ সের।

প্রণালী।—হাতে করিয়া দই ফেটাইয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া রাখ। ইহা হইতে আধ পোয়া দই একটি পাত্রে আলাদা উঠাইয়া রাখ। হলুদ, জীরা, ধনে এবং শুক্নালঙ্কা বাঁটিয়া ঐ আধ পোয়া দইয়ে গোল। উহাতে এক পোয়া জল মিলাইয়া পাতলা কর।

এক পোয়া জলে বেশন গুলিয়া ফেটাও। তারপরে ঐ বেশন-গোলার সঙ্গে দেড় পোয়া দই মিশাও।

হাঁড়িতে তেল বা ঘি চড়াও। মেতি ফোড়ন ছাড়। তারপরে প্রথমে মশলা-গোলা ছাড়। নাড়িতে থাক। মিনিট পাঁচ ফুটিলে পর, বেশন-গোলা ছাড়। বেশন-গোলার পাত্র ধুইয়া প্রায় আরো এক পোয়া জল দাও। এখন আস্তে আস্তে ফুটুক। প্রায় মিনিট সাত আট ফুটিলে পর, বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে।

ইহাতে বেশনের ফুলুড়ি করিয়া দিলেও বেশ হয়।

৫৮৫। দয়ে বড়া।

উপকরণ।—কাঁচা মাষকলাই ডাল এক পোয়া, নুন প্রায় সওয়া তোলা, কাঁচালঙ্কা দু তিনটী, শুক্নালঙ্কা তিন চারিটী, মৌরী সিকি তোলা, কালজীরা সিকি তোলা, হিং দু তিন রতি, জীরা সিকি তোলা, দই প্রায় তিন পোয়া, চিনি আধ ছটাক, সরিষার তেল এক পোয়া।

প্রণালী।—পূর্ব্বদিন রাত্রে ডালগুলি ভিজাইতে দিবে। পরদিন সকালে ধুইয়া ডালের খোসা উঠাইয়া ফেলিবে। ডালগুলি বাঁটিয়া লইবে। তিনবার কি চারবার বাঁটিলেই হইবে। তারপরে এই বাঁটা ডালে অতি সামান্য জল আছ্ড়া দিয়া বারংবার ফেনাইতে থাকিবে। ফেনাইতে ফেনাইতে যখন দেখিবে ডাল বেশী হালকা হইয়া আসিতেছে ও শাদা হইয়া গিয়াছে, তখন সেই ফেনান ডাল এক টোপ লইয়া এক বাটী জলে ফেলিয়া দাও। যদি দেখ ভাসিয়া উঠে তো বুঝিবে ডাল ফেনান ঠিক হইয়াছে।

আগে দইটা ঠিক করিয়া লইতে হইবে। বেশ গাঢ় থকথকে দেখিয়া দই আনিবে। দইটা যেন টক্ হয়। একটি পাথরে দই ঢালিয়া হাতে করিয়া ফেনাইয়া লও। ইহাতে চিনি এবং প্রায় চার আনি ভর নুন মিশাইয়া রাখ। এখন আর দয়ে অন্য কিছু মিশাইতে হইবে না।

এবারে দইয়ের জন্য জীরা কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া রাখ।

ভিজাইয়া রাখ।

এবারে ফেনান ডাল-বাঁটায় কালজীরা, মৌরী, প্রায় আধ তোলা নুন, গোলা হিং, কাঁচালঙ্কা-কুচি (কাঁচালঙ্কার পরিবর্ত্তে শুক্নালঙ্কার-গুঁড়া দিলেও চলে) এই সব একত্রে মিশাও।

একটি কড়াতে এক পোয়া তেল চড়াও। তিন চার মিনিটের পরে তেলের ধোঁয়া উঠিলে টোপ টোপ করিয়া বড়াগুলি ছাড়। উল্টাইয়া পাল্টাইয়া বড়াগুলির বাদামী রং হইয়া আসিলেই ঐগুলি নামাইয়া দইয়ে ফেলিতে হইবে। যখন সব বড়াগুলি ভাজা হইয়া যাইবে তখন, দইয়ে বড়াগুলি একবার উল্টাইয়া পাল্টাইয়া দিয়া তাহার উপরে ভাজা-জীরা ও শুক্নালঙ্কা-গুঁড়া ছড়াইয়া দিয়া রাখিয়া দিবে। পরদিনে খাইতে দিবে, তাহা হইলে বেশ মজিয়া যাইবে। ইহা বাসী খাইতেই ভাল লাগে।

দয়ে বড়া কাঁচা মুগের ডালেরও ভাল হয়।

ভোজন বিধি।—জলপানে লুচি, ছোকা প্রভৃতির সঙ্গে এবং ভাতের সহিতও দয়ে বড়া খাইতে ভাল।

৫৮৬। ঘোল-বড়া।

উপকরণ।—মাষকলাই ডাল আধ পোয়া, নুন পোন তোলা, আদা সিকি তোলা, হিং চার রতি, সরিষা তেল এক ছটাক, ঘোল তিন পোয়া, জীরা সিকি তোলা, একটি শুক্নালঙ্কা।

প্রণালী।—মাষকলাই ডাল ভিজাইতে দাও। তারপরে খোসা

উঠাইয়া ডাল-বাঁট। আদা মিহি কুচি করিয়া কাট। দুই রতি হিং এক কাঁচ্চা জলে ভিজাও।

এবারে আর দুই রতি হিং, জীরা ও শুক্নালঙ্কাটী চমকাইয়া লও। গুঁড়া করিয়া লও। ঘোলে নুন মিলাইয়া রাখ।

বাঁটা ডালে নুন, আদা-কুচি ও হিং-গোলা মাখিয়া খুব ফেটাও। তারপরে এক টোপ ডাল এক বাটী জলে ফেলিয়া দেখিবে, যদি ভাসিয়া উঠিয়াছে দেখ তো তেল চড়াইয়া তাহাতে ডালের বড়া ভাজিয়া লইবে। গরম গরম বড়াগুলি ঘোলে ফেলিয়া দিবে। উপর হইতে হিং, জীরা ও শুক্নালঙ্কার-গুঁড়া ছড়াইয়া দিবে।

৫৮৭। ভাগুলী।

উপকরণ।—মাষকলাই ডাল আধ পোয়া, সরিষা-গুঁড়া এক আনি ভর, জীরা-গুঁড়া এক আনি ভর, নুন আধ তোলা, হিং দুই রতি, শুঁঠ দুয়ানি ভর, হলুদ-গুঁড়া দুয়ানি ভর, সরিষা তেল দেড় ছটাক, জল এক ভাঁড়।

প্রণালী।—মাষকলাই ডাল ভিজাইতে দাও। ধুইয়া খোসা উঠাইয়া ফেল। ডালটাকে বেশ করিয়া বাঁটিয়া তাহাতে একটু নুন দিয়া খুব ফেটাইতে থাক। ফেটাইতে ফেটাইতে ডাল খুব হালকা হইয়া গেলে তাহাতে বড়া ভাজ। কড়ায় সরিষা তেল চড়াইবার আগে ঐ তেল হইতে এক কাঁচ্চাটাক তেল আলাদা রাখিয়া দাও। তারপরে বাকী তেল কড়ায় চড়াইয়া বড়াগুলি ভাজ।

হিংটুকু চমকাইয়া রাখ। শুঁঠ গুঁড়াইয়া রাখ।

এবারে একটি নূতন ভাঁড় আন। ভাঁড়ের ভিতরে এক কাঁচ্চা তেল মাখ। তারপরে এক ভাঁড় জল ভরিয়া রাখ। ইহাতে সরিষা গুঁড়া, জীরা-গুঁড়া, ভাজা হিং-গুঁড়া ও নুন দাও। তারপরে বড়া-গুলি ছাড়। একটি চামচে করিয়া একবার হিলাইয়া দাও। এখন ভাঁড়ের মুখ ভাল করিয়া বন্ধ কর যেন হাওয়া না ঢোকে। তিন দিন মাত্র রৌদ্রে দিবে। তারপরে বড়া বেশ অল্প টক্‌টক্ খাইতে লাগিবে।

ইহা চার পাঁচ দিনের মধ্যে খাইয়া ফেলিবে।

৫৮৮। পাকৌড়ী।

উপকরণ।—বেশন আধ পোয়া, নুন পোন তোলা, জীরা দুয়ানি ভর, হিং দুই রতি, ভাল দই আধসের, শুক্নালঙ্কা একটি, জল দেড় ছটাক, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—বেশন জল দিয়া গোল। খুব ফেটাও। যখন বেশ শাদা হইয়া আসিয়াছে দেখিবে এক টোপ গোলা লইয়া এক বাটী জলে ফেলিবে, ঐ টোপ যদি ভাসিয়া উঠে তো বুঝিবে ঠিক হইয়াছে, তখন আর ফেটাইবার আবশ্যক নাই। এখন ইহাতে জীরা, সিকি তোলা নুন ও হিং-গোলা ঢালিয়া মিলাও। তারপরে একটি কড়াতে ঘি চড়াইয়া ফুলুড়িগুলি ভাজ।

এবারে দই একটি কাপড়ে করিয়া ছাঁকিয়া উহাতে নুন মিশাও।

দইয়ে ফুলুড়িগুলি ছাড়। ইহার উপরে লঙ্কা-গুঁড়া ছড়াইয়া দাও। ইহার সহিত আবার মাষকলাই ডালের দু একটা চেপ্টা চেপ্টা বড়া করিয়া দিলেও বেশ হয়।

ভোজন বিধি।—পাকৌড়ী লুচি, ভাত দুয়েতেই খাওয়া চলে।

৫৮৯। লক্ষ্ণৌ কড়ুই।

উপকরণ।—কাঁচামুগের ডাল এক পোয়া, ভাল দই একসের, ঘি আধ ছটাক, সরিষা দুয়ানি ভর, নুন প্রায় এক তোলা, ছোট এলাচ দুটি, লঙ্গ চারিটী, দারচিনি সিকি তোলা, জায়ফল সিকিখানা, সরিষা তেল আধ পোয়া।

প্রণালী।—কাঁচা মুগের ডাল ভিজাইতে দাও। ভিজিলে পর খোসা উঠাইয়া বাঁট। খুব ফেটাও। তারপরে জলে এক টোপ ফেলিয়া দেখ যদি ভাসে তো আর ফেটাইবে না। তখন সিকি তোলা নুন ডালে মাখিয়া আর একবার ফেটাইয়া লও।

ছোট এলাচ, লঙ্গ, দারচিনি ও জায়ফল গুঁড়াইয়া রাখ। দই ফেনাইয়া রাখ। দইয়ে নুন ও গরমমশলার-গুঁড়া মিশাও।

তেল চড়াইয়া তাহাতে বড়া ভাজ। এবারে ঘি চড়াইয়া সরিষা ফোড়ন দাও। যেই ফোড়নের চুড়বুড় শব্দ হইতে থাকিবে, অমনি হাঁড়ি হিলাইয়া আগুন হইতে ঠিক নামাইয়াই ইহাতে দই ঢালিয়া দিবে। তারপরে বড়া দিতে হইবে।

৫৯০। দহি-দিলখোস।

উপকরণ।—দই একসের, চিনির গাঢ় রস এক পোয়া, পেস্তা বারটা, বাদাম বারটা, গোলাপজল এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—পেস্তা ও বাদাম ভিজাইয়া খোসা উঠাও। তারপরে লম্বা-কুচি কাট।

খুব ভাল দই আনিয়া একটি কাপড়ে বাঁধিয়া ঝুলাইয়া দাও। তাহা হইলে ঘণ্টা দুই পরে ইহার সমস্ত জল ঝরিয়া যাইবে। তারপরে একটি পাথরে ঢালিয়া দু একবার ফেটাইয়া লও। এখন ইহাতে চিনির রস ও গোলাপজল মিশাও। তারপরে পেস্তা ও বাদাম-কুচি উপরে ছড়াইয়া দাও।

ভোজন বিধি।—লুচি, ভাত দুয়ের সঙ্গেই খাইতে দেওয়া যায়।

৫৯১। ফলার।

প্রণালী।—চিঁড়া, মুড়কি, দই, গুড় একত্রে মাখিয়া খাইতে হয়।

৫৯২। দই চিঁড়া।

প্রণালী।—চিঁড়া সাত আটবার করিয়া জলে ধোও। যতক্ষণ না চিঁড়ার পরিষ্কার জল বাহির হইবে ততক্ষণ ধুইতে হইবে।

তারপরে ইহাতে সাঁজো দই (অর্থাৎ সকালে পাতা দই) মিলাইয়া খাইতে দাও। ইচ্ছামত একটু নুন দিতে পার।

গুণাগুণ।—আমাশয় হইলে এইপ্রকার করিয়া খাইলে আরোগ্য হয়।

৫৯৩। দই-ভাত।

উপকরণ।—খুব ভাল টাট্‌কা দই আধসের, ভাত দু-মুঠা, নুন প্রায় পোন তোলা, জীরা আধ তোলা, শুক্নালঙ্কা দুটি, ভাল গাওয়া ঘি এক ছটাক, আদা আধ তোলা।

প্রণালী।—ভাল চাপ দই আনিবে। কলিকাতায় সে রকম দই পাওয়া কঠিন। পল্লীগ্রামে প্রায় সর্ব্বত্রই গোরুর ও মহিষের খুব ভাল দই পাওয়া যায়। সে দইয়ের সুগন্ধ অতি চমৎকার। সেই দইয়ে এই 'দইভাত' করিলে খাইতে খুব ভাল লাগে।

জীরাগুলি কাঠখোলায় চমকাইয়া গুঁড়াইয়া রাখ। শুক্নালঙ্কাও কাঠখোলায় ঈষৎ চমকাইয়া গুঁড়াও। আদার খোসা ছাড়াইয়া মিহিকুচি করিয়া কাট।

একটি গাঢ় পাত্রে দই রাখিয়া ফেটাও। নুন মিশাও। তারপরে দইয়ে গরম ভাত ও আদা-কুচি মিশাও। এখন ঘি গরম করিয়া ইহার উপরে ছড়াইয়া দাও। তারপরে জীরা ও লঙ্কা-গুঁড়া ছড়াইয়া দাও।

৫৯৪। দই-পটোল।

উপকরণ।—পটোল আটটী, দই আধসের, নুন এক তোলা, মাথন-মারা ঘি আধ ছটাক, শুক্কালঙ্কা একটি, তেজপাতা একটি, জীরা সিকি তোলা।

প্রণালী।—পটোলের সমস্ত খোসা ছাড়াও। ইহার গায়ে আড় ভাগে তিন চারিটা চির দিয়া দিবে, অথচ আস্ত থাকিবে।

পূর্ব্বদিন রাত্রে পটোলগুলিতে নুন মাথিয়া দইয়ে ভিজাইয়া রাখিবে। পরদিন ঠিক আহারের পূর্ব্বেই ঘি চড়াইয়া তাহাতে তেজপাতা, লঙ্কা ও জীরা ফোড়ন দিয়া পরে দইশুদ্ধ পটোলগুলি ঢালিয়া সাঁতলাইবে। তারপরে গরম হইতে না হইতে নামাইয়া ফেলিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাত, লুচি সবেতেই খাওয়া চলে।

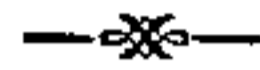
৫৯৫। মাহেরি।

উপকরণ।—ঘোল এক সের, নূতন আতপ চাল আধ পোয়া, নুন প্রায় পোন তোলা, ঘি এক কাঁচ্চা, মেতি হুয়ানি ভর।

প্রণালী।—চাল ধুইয়া ভিজাইয়া রাখ।

ঘি চড়াও। মেতি ফোড়ন দিয়া ঘোল ছাড়। তারপরে চাল ঢালিয়া দিবে। মিনিট পনের পরে ভাত বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে নুন দাও। তারপরে গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া ঢালিয়া ফেলিবে।

ভোজন বিধি।—ইহা মাছের ঝোল বা বড়ির ঝোলের সহিত খাইতে বেশ লাগে। শুধুও খাইতে ভাল লাগে।

৫৯৬। মেতিফোড়।

উপকরণ।—হলুদ এক গিরা, মেতি সিকি তোলা, শুক্নালঙ্কা একটা, ঘোল এক সের, নূতন আতপ চাল আধ পোয়া, নুন প্রায় পোন তোলা, ঘি এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—হলুদ পিষিয়া রাখ। চাল পরিষ্কার করিয়া ধুইয়া ভিজাইয়া রাখ।

ঘি চড়াও। শুক্নালঙ্কা ভাঙ্গিয়া ফোড়ন দাও। তারপরে মেতি ফোড়ন দাও। বেশ সুগন্ধ বাহির হইলে ঘোলে হলুদ-বাটা গুলিয়া হাঁড়িতে ঢালিয়া দিবে। হাতা দিয়া ক্রমাগত ঘাঁটিবে। তারপরে মিনিট পাঁচ পরে ইহা ফুটিয়া উঠিলে চাল ছাড়। দু তিনবার নাড়িয়া ঢাকিয়া দিবে। মিনিট পনের ফুটিলে তবে ভাত খুব গলিয়া যাইবে। মাঝে মাঝে ঘাঁটিয়া দিবে। তারপরে নুন দিবে। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া ঢালিয়া রাখিবে। ইহা শুধু খাইতে ভাল লাগে।

ইহা নরম আঁচে করিতে হইবে তাহা হইলে এই ঘোলেতেই ভাত গলিয়া যাইবে।

ঊনবিংশ অধ্যায়।

পায়স।

প্রয়োজনীয় কথা।

পায়স অর্থে আমরা দুধ ও চিনি দিয়া ভাত রাঁধিলে তাহাকে পায়স বা পরমান্ন বলি। আমি এই অধ্যায়ের পায়স নাম দিয়াছি বটে, কিন্তু কেবল মাত্র দু একটি পায়স বা পরমান্নের উপরে নির্ভর করি নাই। ভাতের পরে যে পায়স বা ক্ষীর খাওয়া চলিতে পারে আমি প্রায় সেইগুলি সমস্তই যথাসাধ্য লিখিতে চেষ্টা করিয়াছি।

নাম।—যেগুলি চাল দিয়া রাঁধিতে হইয়াছে দু একটা ছাড়া প্রায় সেগুলিরই নাম পায়স বা পরমান্ন লিখিয়া গিয়াছি। আর যেগুলি কেবল দুধের ক্ষীরের ধরণে রাঁধা হয় তাহার নাম ক্ষীরই রাখিয়া গিয়াছি। এথানে আর বিশেষ করিয়া কিছু লিখিবার নাই। প্রত্যেক পায়স রাঁধিবার প্রণালী ভিন্ন ভিন্ন স্থানে দেখিয়া রাঁধিতে হইবে।

উপকরণ।—প্রধানতঃ দুধ, চিনি, বাতাসা, গুড়, ছোট এলাচ, বড় এলাচ, দারচিনি, গোলাপজল, কেওড়া, পেস্তা, বাদাম, কিসমিস, খোপানী ইত্যাদি পায়স ও ক্ষীরের মশলা।

জল ইত্যাদি সব এক সঙ্গে দিতেই হইবে তাহার কোন মানে নাই। অনেকে ভাবেন এই মশলাগুলি সব এক সঙ্গে না খাবারে পড়িলে বুঝি বা বড়মানুষী চাল ঠিক রকমে রাখা হইল না। সেটা ভুল। এই বড়মানুষী চাল বজায় রাখিবার জন্য আমরা বাদাম, কিসমিস, ইত্যাদি ব্যবহার করি না। খাবারের সোহাগ বাড়াইবার জন্যই দিয়া থাকি। আর বাস্তবিক পেস্তা, বাদাম, কিসমিস এমন কি গোলাপজল পর্য্যন্ত সব সময় সব পায়স বা ক্ষীরে দিলে খাইতে ভাল লাগে না। বুঝিয়া যেটা যাহাতে খাপ খায় সেই রকম খাওয়াইতে হইবে।

ভোজন বিধি।—পায়স খাইয়া মধুরেনসমাপয়েৎ করিতে হইবে।

৫৯৭। বলকাদুধ।

প্রণালী।—দুধ জ্বাল দিবার আগে আগুনটী ঠিক করিয়া লওয়া চাহি। দুধ জ্বাল দিতে ঠিক মধ্যম আঁচ চাহি। নরম আঁচে দুধ মরিয়া যায়, ভাল করিয়া টগ্‌বগ্‌ করিয়া ফুটিতে পারে না।

দাউ দাউ জলন্ত আঁচে দুধ শীঘ্র ফুটিয়া উঠে। তখন ভয়ে ভয়ে তাড়াতাড়ি ভাল করিয়া জ্বাল হইতে না হইতে নামাইয়া ফেলিতে হয়। মধ্যম আঁচে জ্বাল দিলে আর কোন ভয় থাকে না।

একটি কড়ায় আড়াই সের দুধ চড়াও। তিন ছটাক জল দাও। মিনিট সাত আট পরে দুধের অল্প অল্প ধোঁয়া বাহির হইতে থাকিলে হাতা দিয়া নাড়িতে আরম্ভ করিবে।

মিনিট দশ মাঝে মাঝে হাতা দিয়া কড়ার তলায় অবধি দুধ নাড়িয়া দিবে। তা না হইলে তলায় দুধ লাগিয়া যাইলে ধরা-গন্ধ বাহির হইবে। এই প্রকারে দুধ ফুটিয়া উঠিতেই প্রায় মিনিট সতর আঠার যাইবে। ফুটিতে আরম্ভ হইলে পর দু মিনিট অন্তর দুধ নাড়িয়া দিবে। এই দুই মিনিটের মধ্যে যে টগ্‌বগ্‌ করিয়া দুধ ফুটিবে তাহাকেই এক বলক্ বলা যাইবে। এই রকম তিন বলক্ হইলে অর্থাৎ ছয় মিনিটকাল টগবগিয়া ফুটিলে পর দুধ নামাইবে। আমরা সচরাচর বলকা দুধ বলিলে তিন বলক্ দুধ জ্বাল দিয়া থাকি। এই রকম তিন চার সের দুধ জ্বাল দিতে প্রায় পঁচিশ ত্রিশ মিনিট সময় লাগিবে।

ভোজন বিধি।—এই বলকা দুধ শুধু এক গ্লাস করিয়া খাইলে বড় উপকার করে। এই রকম দুধের সহিত দুটিখানি ভাত দিয়া খাইতে পারিলেও ভাল।

৫৯৮। রাবড়ি।

উপকরণ।—দুধ তিন পোয়া, চিনি আধ ছটাক।

প্রণালী।—রাবড়ি করিতে হইলে নরম আঁচ চাহি। আর দুধটা যেন কিছুতেই উপরে ফুটিয়া উঠিতে না পারে বরাবর এইটি মনে করিয়া রাখিতে হইবে। ফুটিয়া উঠিবার মত হইলেই দুধের উপরে পাখার বাতাস করিতে হইবে। তাহা হইলে আর দুধ ফুটিতে পাইবে না, বরং সর পড়িবে। তখন এই সর একটি কাঠি লইয়া আস্তে আস্তে সরাইয়া কড়ার গায়ে লাগাইয়া দিবে। এই

প্রকারে একখানা সর উঠাইয়া দিলে দুধ বাতাস করিয়া আবার সর পাড়াইতে হইবে। এই রকম উপরি উপরি সর পড়িতে পড়িতে শেষে প্রায় আধ পোয়াটাক দুধ থাকিবে। তাহাতেই চিনি দিয়া একবার নাড়িয়া দিয়া কড়া নামাও। এখন একটি খুন্তি করিয়া সমস্ত সরটা কড়ানুসারে গোল ভাবে চাঁচিয়া যাও। এই জমা সর দুধের সহিত মিশাইয়া একটি পাত্রে ঢালিয়া ফেল।

তিন পোয়া দুধের রাবড়ি করিতে প্রায় পঁচিশ মিনিট সময় লাগিবে।

তিন পোয়া দুধের রাবড়ি চিনি শুদ্ধ ওজন করিলে প্রায় দেড় পোয়াটাক হইবে।

৫৯৯। রাবড়ির সোহাগ।

প্রণালী।—রাবড়ি হইয়া গেলে ইহাতে এক কাঁচ্চা গোলাপজল দিতে পার।

কোন দিন বা কেওড়াও দিতে পার।

৬০০। জর্দ্দা রাবড়ি।

উপকরণ।—জাফরান তিন রতি, গোলাপ জল এক কাঁচ্চা, ছোট এলাচ দুটি।

প্রণালী।—জাফরানটুকু গোলাপজলে ভিজাইয়া গোল। ছোট এলাচ গুঁড়া কর।

যাবড়িতে জাফরান-গোলা মিলাইয়া উপরে ছোট এলাচের গুঁড়া ছড়াইয়া দাও।

ইহা খাইতে বেশ লাগে।

৬০১। ঘন দুধ।

প্রণালী।—একটি কড়ায় পাঁচ পোয়া দুধ চড়াও। ক্রমাগত হাতা দিয়া নাড়িতে থাকিবে। তা না হইলে তলায় লাগিয়া যাইবে। দুধে ধরা-গন্ধ হইবে, অথবা তলা হইতে লাল লাল চাঁচি উঠিবে। তাহা হইলে ঘন দুধ অপরিষ্কার দেখাইবে। এই জন্য প্রথম হইতে হাতা দিয়া হিলাইতে থাকিবে। প্রায় মিনিট কুড়ি পরে দুধ ঘন হইয়া আড়াই পোয়াটাক আন্দাজ থাকিলে নামাইয়া একটি বাটীতে ঢালিয়া রাখিবে। ঐ বাটীর মুখে আর অন্য পাত্র ঢাকা দিবে না। খোলা থাকিলে বেশ ভাল করিয়া সর পড়িবে। আর ঢাকিয়া রাখিলে ঘাম পড়িয়া সর পড়িতে পাইবে না। এই ঘন দুধে কলা ও চিনি মাখিয়া অন্ন ভাতের সহিত খাইতে হয়।

৬০২। ঘনদুধে খাজা মিঠাই।

প্রণালী।—ঘন দুধে খাজা, মেঠাই আধ-মাখা করিয়া খাইতে ভাল লাগে।

৬০৩। দুধের সরে গুড়কুল ভাত।

প্রণালী।—বলকা দুধের সর উঠাইয়া লইবে। তাহাতে অল্প দুটি ভাত মাখিবে পাঁচ ছয়টা গুড়কুল মাখিবে একটু চিনি দিবে। তারপরে ইচ্ছামত একটা কলাও দিতে পার। ইহা ভাতের শেষে বেশ মুখ রুচিকর হয়।

৬০৪। আমিলা।

উপকরণ।—রাঙালু আধ পোয়া, পাকা লাল কুমড়া তিন ছটাক, আধ কাঁচা আধ-পাকা যাহাকে ডাঁশাল বলে এমনি কাঁটালি বা চাঁপাকলা তিনটী, পাকা পেঁপে আধ পোয়া, নারিকেল দুটী, জল তিন পোয়া, বড় এলাচ দুটী, দারচিনি সিকি তোলা, ছোট এলাচ দু তিনটী, লঙ্গ চারিটী, চিনি তিন ছটাক, পেয়ারা এক পোয়া, মাখন

প্রণালী।—বাঙালুর খোসা একেবারে ছাড়াইয়া ঠিক বরফির গড়নে চৌকোণা করিয়া কাট। প্রত্যেক টুকরাটী প্রায় সিকি ইঞ্চি করিয়া পুরু হইবে। এইগুলি জলে ফেল, তাহা না হইলে কাল হইয়া যাইবে। লাল কুমড়ার খোলা ছাড়াইয়া টুকরা টুকরা (পাশার আকারে) কাট। কলার খোলা ছাড়াইয়া বড় ডুমা ডুমা করিয়া বানাও, তাহা না হইলে সিদ্ধ হইয়া গলিয়া যাইবে। পেয়ারার খোসা ছাড়াইয়া ছয় ফালি করিয়া চিরিয়া তাহার ভিতরের বিচিগুলি বাহির করিয়া ফেল। পেঁপে ডুমা ডুমা করিয়া কাট। এইরূপে সব তরকারীগুলি বানাইয়া রাখ।

নারিকেল ছুটী আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া কুরুনি দিয়া কুরিয়া লও। কোরা নারিকেলে এক পোয়া গরম জল মিশাইয়া একটি মলমল কাপড়ে তাহা ছাঁকিয়া নারিকেলের হুধ বাহির করিয়া ফেল।

একটি কলাইকরা হাঁড়িতে আধসের জল চড়াও; তাহাতে বানান তরকারীগুলি সব ছাড়িয়া দাও। মিনিট পনের কুড়ির মধ্যে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া জল ঝরাইয়া তরকারীগুলি একটি পাত্রে ঢালিয়া রাখ। হাঁড়িটী ধুইয়া মুছিয়া উনানে চড়াইয়া দাও। তাহাতে আধ ছটাক খুব ভাল মাখন অথবা মাখন-মারা ঘি ঢালিয়া দাও। দারচিনি, বড় এলাচের দানা, ছোট এলাচের দানা এবং লঙ্গ ছাড়। গরম মশলার সুগন্ধ বাহির হইলে সিদ্ধ তরকারীগুলি ছাড়। এবং সেই সঙ্গে নারিকেলের হুধ এবং চিনি ঢালিয়া দাও। তরকারীগুলি কাঠের হাতা দিয়া নাড়িয়া আধ-ঘাঁটা করিয়া দিবে তাহা হইলে ইহার আস্বাদ আরো ভাল হইবে। নারিকেলের হুধ ঢালিবার পরে মিনিট দশ ফুটিলে তবে ইহা নামাইবে। ইহাতে আর গোলাপজল দিবার আবশ্যক নাই। আপনা হইতেই ইহার

বেশ সুগন্ধ বাহির হয়।

ভোজন বিধি।—ক্ষীরের বা পরমান্নের পরিবর্ত্তে ইহা দেওয়া যাইতে পারে।

৬০৫। নবান্ন।

অগ্রহায়ণ মাসে নবান্নের দিন। নবান্ন হিন্দু গৃহস্থের একটি আনন্দের পর্ব্ব। অগ্রহায়ণ মাসে নূতন চালের সঙ্গে সঙ্গে নূতন নূতন তরী তরকারী, ফল মূল প্রভৃতি উঠে। ধর্ম্মপ্রবণ হিন্দুরা নিজের ইষ্টদেবতাকে প্রথমেই এই নূতন নৈবেদ্য অর্পণ না করিয়া ভক্ষণ করে না। সেই জন্য প্রতি গৃহস্থ অগ্রহায়ণ মাসে ভাল দিন দেখিয়া নবান্ন উৎসব করিয়া থাকেন; এবং আপন আপন সাধ্যানুসারে দীনদুঃখী, বন্ধুবান্ধবকে আহার করাইয়া পরিতৃপ্ত হন। নবান্ন ভালরূপে কি করিয়া প্রস্তুত করিতে হয় নিম্নে আমরা তাহা বলিতেছি।

উপকরণ।—কাঁচা দুধ দেড় সের, নূতন খেজুর গুড় তিন পোয়া, নূতন কামিনী আতপ চাল তিন পোয়া, ছোট এক গাছা আক, খোপানী এক ছটাক, কলসী খেজুর আধ পোয়া, পাকা পেঁপে আধখানা, কমলানেবু দুইটী, বেদানা একটি, একটি বড় শাঁক আলু, রাঙা আলু দুইখানি, মূলা একটি, কলাইশুটি এক ছটাক, পানফল এক ছটাক, কেশুর এক ছটাক, আদা এক তোলা, আপেল একটি, চাটিম কলা পাঁচটা, চাঁপা কলা পাঁচটা, নারিকেল দেড়টা, কচি শসা

প্রণালী।—দেড় সের কাঁচা দুধ কাপড়ে ছাঁকিয়া একটি বড় পাত্রে রাখ। ইহা হইতে আধসেরটাক কাঁচা দুধ লইয়া তাহাতে ধোয়াবাছা চালগুলি ভিজাইতে দাও। কাঁচা দুধের বদলে আধ-সেরটাক টাট্‌কা খেজুর রসে চাল ভিজাইয়াও দিতে পার। বাকী এক সের কাঁচা দুধে গুড় গুলিয়া ছাঁকিয়া রাখ। তা না হইলে গুড়ের অনেক কাটিকুটি ইহাতে থাকিয়া যাইবে।

এইবারে ফলমূলাদি বানাও। খোলা-ছাড়ান আক ছোট ছোট কাটিয়া গুড় গোলা দুধে ফেল। পেঁপের খোসা ছাড়াইয়া বিচি বাহির করিয়া টুকরা টুকরা করিয়া বানাইয়া রাখ। কমলানেবু দুইটীর খোলা ছাড়াইয়া কোয়াগুলি বাহির কর। তারপরে প্রত্যেক কোয়ার বিচি বাহির করিয়া কোয়াগুলি বাহির কর। শাঁক আলু, রাঙালু, মূলা, শসা, পানফল, কেশুর ও আপেলের খোসা ছাড়াইয়া টুকরা টুকরা করিয়া বানাইয়া ফেল। আদার খোসা ছাড়াইয়া কুচি কুচি কর। কলার খোলা ছাড়াইয়া চাকা চাকা কাট। ফলসী খেজুরের বোঁটা খুলিয়া অপর দিকে টিপিয়া দিলেই বিচি বাহির হইয়া যাইবে। তারপরে দুই ভাগ কি চার ভাগ করিয়া কাটিবে। কলাইশুটির মটরগুলি ছাড়াইয়া রাখ। আধখানা নারিকেল কুরিয়া দুধে দাও। আর একটি নারিকেল টুকরা টুকরা করিয়া বানাও। এইবারে বানান ফলমূল ধুইয়া গুড়-গোলা দুধে ফেল। নারিকেল কোরা প্রভৃতি যে সকল দ্রব্য ধুইবার নয়, তাহাও দুধে ফেল। অবশেষে বেদানার দানাগুলি ছাড়াইয়া দুধে দাও। পূর্ব্ব হইতে দুধে বা খেজুর রসে ভিজান চাল দুধ বা খেজুর রস সমেত গুড়-গোলা দুধে ঢালিয়া দিবে। একবার একটি কাঠের হাতা করিয়া

আপেল, বেদানা, কলসী খেজুর এবং খোপানী ইচ্ছামত না দিলেও হয়। কমলালেবুর দানাগুলিতে নবাত্র দেখিতে সুন্দর হয়।

লোককে খাইতে দিবার সময় দুধের সঙ্গে সঙ্গে চাল কলাদি ফলমূল উঠাইয়া দিবে। ইহা যেমন সুখাদ্য দেখিতেও তেমনি সুন্দর হয়।

৬০৬। যেমন তেমন।

উপকরণ।—রাবড়ি এক সের, দই আধসের, রসগোল্লা কুড়িটী, লেডিক্যানিং চারিটী, কিসমিস এক ছটাক, বাদাম আধ ছটাক, পেস্তা আধ ছটাক, গোলাপজল এক ছটাক।

প্রণালী।—কিসমিসগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ। বাদাম ও পেস্তা ভিজাইয়া খোসা ছাড়াও। লম্বা কুচি কাট।

একটি গাঢ় পাত্রে রাবড়ির সহিত দই মিশাও। রসগোল্লা ও লেডি ক্যানিং আধভাঙ্গা করিয়া উহার সহিত মিশাও। বাদাম ও পেস্তা-কুচি এবং কিসমিসও মিশাও। ইহার উপরে গোলাপজল ছড়াইয়া দাও।

ইহা প্রায় বারজন লোকের মত হইবে।

৬০৭। মালাইক্ষীরভাত।

উপকরণ।—কামিনী আতপচাল দেড় পোয়া, বড় নারিকেল দুটি, চিনি আধসের, জল পাঁচ পোয়া, দারচিনি আধ তোলা।

নারিকেল কুরিয়া প্রথমে যতটা দুধ বাহির হয় কর তারপরে আধসের জল দিয়া শিটাগুলি মাখিয়া আবার নিংড়াইয়া বাহির কর।

চাল পরিষ্কার করিয়া বাছিয়া ধুইয়া, তিন পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে দাও। মিনিট পঁচিশ পরে ভাত সিদ্ধ হইয়া গেলে একটি ঘুঁটনি দিয়া ক্রমাগত ঘুঁটিয়া দাও। বেশ ভাল রকম গলিয়া যাইলে নারিকেল দুধ, চিনি ও দারচিনির সহিত ইহাতে ঢালিয়া দাও। খুব নাড়িতে থাকিবে। ক্রমে মিনিট আট দশ পরে বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া ফেলিবে।

৬০৮। ক্ষীর খোস।

উপকরণ।—দুধ দুই সের, চিনি এক পোয়া, ভাল কামিনী আতপচাল একমুঠি বা এক ছটাক, বাদাম ষোলটী, কিসমিস এক ছটাক, কুমড়ার মেঠাই ছয়খানি, গোলাপজল আধ ছটাক।

প্রণালী।—চাল ভিজাইয়া জল ঝরাইয়া একবার কুলায় ছড়াইয়া দাও। জলটা ঠিক শুখিয়া যাইলেই খুব মিহি করিয়া গুঁড়াইবে।

বাদাম, পেস্তা ভিজাইয়া খোসা ছাড়াইয়া লম্বা-কুচি কাটিবে।

কিসমিসগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ। কুমড়ার মেঠাই কুচি কুচি করিয়া কাটিবে।

দুই সের দুধ এক পোয়া চিনি দিয়া আওটাইয়া প্রায় একসের-টাক আন্দাজকর। তারপরে একটু জলে চালের গুঁড়া গুলিয়া লও। গরম দুধে এই গোলা এক হাত দিয়া ঢাল আর এক হাতে খুন্তি দিয়া দুধ নাড়িতে থাক। তা না হইলে ইহা ডেলা পাকিয়া যাইবে। এখন চালের গুঁড়া ভাল করিয়া মিশিয়া যাইলে বাদাম, পেস্তা-কুচি; কিসমিস, কুমড়ার মেঠাই-কুচি দাও তারপরে নাড়িয়া নামাও। গোলাপজল উপরে ছড়াইয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৬০৯। খোপানীর ক্ষীর।

উপকরণ।—দুধ তিন পোয়া, চিনি আধ পোয়া, খোপানী এক ছটাক।

প্রণালী।—খোপানী ডেলা বাঁধা থাকে। সেইগুলি একটি একটি করিয়া খুলিয়া ভিজাইতে দাও।

কড়ায় দুধ চড়াও। মিনিট দশ ফুটিলে পর চিনি দাও। আরো মিনিট পাঁচ ফুটিবার পর বেশ ঘন দুধের মত হইয়া আসিলে খোপানী দিবে। মিনিট দশ দুধ ফুটিয়া গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে। চামচের পিছন দিক দিয়া খোপানীগুলি ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া দিতে হইবে। তাহা হইলে ক্রমে দুধের সঙ্গে অনেকটা মিলিয়া যাইবে। বেশ ক্ষীরের মত হইবে।

৬১০। খইয়ের পরমান্ন।

উপকরণ।—টাট্‌কাখই এক পয়সা, জল আধ পোয়া, দুধ এক সের, চিনি দেড় ছটাক, কিসমিস এক কাঁচ্চা, খোলা ছাড়ান বাদাম এক কাঁচ্চা, ছানা আধ পোয়া, রাবড়ি দেড় ছটাক, গোলাপজল এক তোলা।

প্রণালী।—এক পয়সার টাট্‌কা খই কিনিয়া আনিবে। সেই খইগুলি হইতে দু তিন মুঠা খই লইয়া আধ পোয়াটাক জলে ভিজাইয়া দাও। নরম হইয়া যাইলে ভাল করিয়া চটকাইয়া লইয়া তারপরে ইহার সমস্ত জলটা ঝরাইয়া ফেল।

কিসমিস বাছিয়া ধুইয়া রাখ। বাদাম ভিজাইয়া খোসা ছাড়াও। শিলে পিষিয়া রাখ।

এক সের দুধে ভিজান খই ঢালিয়া দিয়া দুধ ঘন করিতে চড়াও। মিনিট দশ ফুটিবার পর হইতে চিনি, কিসমিস ও বাদাম-বাঁটা দাও। আরো সাত আট মিনিট দুধ ফুটিবে। তারপরে প্রায় আধসেরটাক আন্দাজ দুধ থাকিতে নামাইবে। এখন ইহাতে ছানা ডুমা ডুমা কাটিয়া দাও। আর রাবড়ি মিশাও। সবশেষে গোলাপজল দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৬১১। খেজুর রসের ক্ষীর।

উপকরণ।—খেজুর রস দেড় সের, বড় এলাচ দুইটা, দারচিনি

এক তোলা, আতপ চাল এক পোয়া, দুধ আধসের, নারিকেল একটা, জল এক সের, খেজুরে গুড় এক পোয়া, নুন আধ তোলা।

প্রণালী।—একটি কড়া করিয়া দেড় সের খেজুর রস চড়াইয়া দাও। দুইটী বড় এলাচের দানা আধ-গুঁড়া করিয়া এবং দুই গিরা আস্ত দারচিনি ইহাতে ফেলিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে এক পোয়া আতপ চাল ধুইয়া এই রসে ফেলিয়া দাও। হাঁড়ি বেশ করিয়া ঢাকা দিয়া দাও। মিনিট পনের পরে চাল আধ-সিদ্ধ হইলে আধ সের দুধ ঢালিয়া দিয়া আবার হাঁড়ি ঢাকিয়া দাও। ক্রমে যখন আরো মিনিট পনের কুড়ির মধ্যে বেশ সিদ্ধ হইয়া যাইবে, তখন হাঁড়ি নামাইয়া ডালঘুঁটনি দিয়া ভাত বেশ করিয়া ঘুঁটিয়া দাও। ভাত রসের সহিত বেশ গলা-গলা হইয়া মিলাইয়া যাইবে।

একটি হাঁড়ি করিয়া এক সের আন্দাজ জল গরম করিতে চড়াও। নারিকেলটী কুরিয়া রাখ। জল গরম হইলে ঐ কোরা নারিকেল গরম জলের সহিত মিশাইয়া নিংড়াইয়া দুধ বাহির কর এবং সিটাগুলি ফেলিয়া দাও। আবার হাঁড়ি চড়াও। এই দুধ ইহাতে ঢালিয়া দাও। হাতা দিয়া ভাত দু চারিবার নাড়িয়া এক পোয়া বেশ ভাল খেজুরে গুড় ঢালিয়া হাতা করিয়া খুব হিলাইতে থাক। বরাবর এক দিক হইতে নাড়িয়া যাও। দুই দিক হইতে নাড়িলে ইহা ফাটিয়া যাইবে। এইবারে নুন দাও। ক্রমে ভাতে, রসে দুধে ফুটিয়া বেশ গাঢ় রকম হইয়া আসিলে নামাইবে।

৬১২। লাউয়ের পায়স।

উপকরণ।—আতপ চাল আধ পোয়া, জল দেড় সের, লাউ আধখানা প্রায় এক হাত লম্বা, দুধ আধসের, বাদাম আধ ছটাক, পিণ্ডি খেজুর বা সোয়ারা সাত বা আটটা, চিনি দেড় পোয়া।

প্রণালী।—একটি কড়া করিয়া দেড় সের জল গরম হইতে চড়াইয়া দাও। চালগুলি ধুইয়া রাখ। লাউ মিহি মিহি করিয়া কুচাও অথবা লাউ কুরুনিতে কুরিয়া রাখ। বাদামগুলি ভিজাইয়া খোসা ছাড়াইয়া বাঁটিয়া রাখ। খেজুরগুলি কুচি কুচি কাটিয়া রাখ।

কড়ার জল গরম হইলে তিন পোয়া জল আলাদা পাত্রে ঢালিয়া রাখ। অবশিষ্ট তিন পোয়া জল হাঁড়িতে থাকিবে, তাহাতেই চাল-গুলি ছাড়িয়া দাও। প্রায় মিনিট পনের পরে ভাত সিদ্ধ হইয়া আসিলে ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিয়া গলা-গলা করিয়া দাও। তারপরে আবার বাকী তিন পোয়া গরম জল ইহাতে ঢালিয়া দাও। ফুটিয়া উঠিলে কোরা লাউ দাও। হাঁড়ি ঢাকা দিয়া রাখ। লাউ বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে আধসের দুধ ঢালিয়া দাও। বাদাম-বাঁটাটুকু একটু দুধে গুলিয়া ঢালিয়া দাও। দু একবার ফুটিলে পর খেজুর কুচি ও চিনি দাও। ফুটিয়া পরমান্নের মত হইয়া আসিলে নামাইতে হইবে।

৬১৩। দুধ কমলা।

উপকরণ।—দুধ এক সের, বাদাম এক ছটাক, পেস্তা আধ কাঁচ্চা, মিষ্টি কমলানেবু দুইটা চিনি দেড় ছটাক।

প্রণালী।—বাদাম ভিজাইয়া খোসা ছাড়াও। এখন অর্দ্ধেক-গুলি বাদাম লম্বা-কুচি কাটিয়া রাখ। আর বাকী অর্দ্ধেক বাদাম পিষিয়া রাখ।

পেস্তাও ভিজাইয়া খোসা উঠাও। তারপরে লম্বা-কুচি কাটিয়া রাখ।

কমলানেবুর শাঁস বাহির করিয়া রাখ।

এক সের দুধ আওটাইয়া দেড় পোয়া গাঢ় ক্ষীর কর। চিনি দিয়া নাড়িয়া নামাইবে। বাদাম-কুচি ও বাদাম-বাঁটা দাও। পেস্তা কুচি দাও। ক্ষীর উনান হইতে নামাইয়া ক্রমাগত হাতা দিয়া নাড়িবে যেন সর না পড়ে। এখন একটি পাত্রে কমলানেবুর শাঁস রাখিয়া তাহার উপরে দুধের ক্ষীর ঢালিয়া দাও, এবং একবার নাড়িয়া হিলাইয়া দাও।

৬১৪। আম্রক্ষীরান্ন।

উপকরণ।—খুব ভাল গোপালভোগ চাল আধ পোয়া, জল এক সের, দারচিনি দু গিরা, বড় এলাচ একটি, বাদাম আধ পোয়া, দুধ

প্রণালী।—আধ পোয়া চাল আগে বাছিয়া ধুইয়া লও।

বাদামের খোলা ছাড়াইয়া ভিজিতে দাও। তারপরে খোসা উঠাইয়া আধ-কুটা করিয়া থেঁতলাইয়া রাখ।

পাকা আমের আধসেরটাক রস করিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে তিন পোয়া জল দিয়া চাল সিদ্ধ করিতে চড়াও। দারচিনি ফেলিয়া দাও। ভাত একেবারে গলিয়া জলের সহিত মিশিয়া যাইতে প্রায় চল্লিশ মিনিট সময় লাগিবে। ভাত সিদ্ধ হইলে কাঠের হাতা দিয়া ভাত মাড়িয়া মাড়িয়া জলের সহিত মিশাও। তারপরে তিন পোয়া খাঁটি দুধ. এক পোয়া জল ও একটী বড় এলাচের দানা ছাড়াইয়া দাও। বাদামকুটা দাও। মিনিট দশ পরে দুধটা ক্রমে ঘন হইয়া আসিলে আমরসে চিনি গুলিয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও। আরো মিনিট দশ ফুটিয়া বেশ আমের ক্ষীরের মত গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে।

ইহাতে আর কিছু দিবার আবশ্যক নাই। ইহার আমের গন্ধতেই খাইতে রুচি হয়।

৬১৫। আরম্পুলু।

উপকরণ।—নারিকেল কোরা আধ পোয়া, ভাল সুগন্ধ বিশিষ্ট আতপ চাল আধ পোয়া, নুন সিকি তোলা, চিনি এক ছটাক, দুধ দেড় পোয়া, ভাল মর্ত্তমান কলা দুইটা।

প্রণালী।—চালগুলি বাছিয়া ধুইয়া লও। একটি গাঢ় বাসনের উপরে এক হাত চওড়া এবং এক হাত লম্বা একখানি কাপড়

বিছাও। এই কাপড়ের উপরে গোল করিয়া চাল রাখ। মধ্য-খানে একটু গর্ত্তর মত করিবে। এই গর্ত্তে নারিকেল কোরা রাখ। ইহার উপরে নুন ছড়াইয়া দাও। এইবারে চারিদিক হইতে কাপড় টানিয়া একত্রে মধ্যখানে জড় কর। ঠিক চালের উপরেই কাপড়টা টানাটানি করিয়া বাঁধিবে না। চালের উপর হইতে প্রায় পাঁচ ছয় অঙ্গুলি উপরে কাপড় দড়ি দিয়া শক্ত করিয়া বাঁধিয়া দাও। দেখ যেন কাপড় খুলিয়া চাল পড়িয়া না যায়। চাল ফুটিয়া ফুটিয়া বাড়িবে বলিয়া এই পুঁটলির কাপড় ঝুলাইয়া বাঁধিতে হইবে।

এইবারে একটি হাঁড়িতে জল চড়াও জলের ধোঁয়া উঠিলে পাঁচ মিনিট পরে হাঁড়ির উপরে একটি মোটা কাঠি রাখিয়া দাও। এই কাঠির উপরে হাঁড়ির ভিতরে পুঁটলিটা ঝুলাইয়া দাও। কিন্তু দেখো যেন কাপড়ে মোটেই জল ঠেকে না। জল হইতে প্রায় দুই অঙ্গুলি উঁচু করিয়া ইহা ঝুলাইয়া দিতে হইবে। হাঁড়ির উপরে একটা বড় সরা দিয়া ঢাকা দাও। হাঁড়ির মুখে ঐ কাঠিটা থাকাতে সরা ঠিক বসিবে না যদিও তাহাতে কিছু হানি নাই। এখন এই ভাপে চাল সিদ্ধ হইবে। মিনিট কুড়ি সিদ্ধ হইলে পর দেখিবে যে সেই যতটা কাপড় ফাঁক রাখিয়াছিলে ভাত ফুলিয়া উঠাতে সবটা ভরিয়া গিয়াছে। তারপরে এই ভাত একটি পাত্রে ঢাল। ইহাতে দুধ, চিনি ও কলা মাখিয়া খাও। কলা যদি নাও মাখ, চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া দুধ ভাতের চারিধারে সাজাইয়াও দিতে পার।

ভোজন বিধি।—ইহা আর্ম্মিনিয়ানদের নবান্ন।

৬১৬। গুড়ে তালক্ষীর।

উপকরণ।—তালের মাড়ি আধসের, গুড় তিন ছটাক, দুধ আধসের, নেবু একটা।

প্রণালী।—আগে দুধ জ্বাল দিতে চড়াও। মিনিট দশ ফুটিলে পর একটি নেবুর রস দাও। আরো দশ মিনিট ফুটিয়া দুধ ছিঁড়িয়া গেলে অর্থাৎ ছানা ছানা হইলে পর তালের মাড়ি ঢালিয়া দাও। চার মিনিট ফুটিলে গুড় দাও। ঘন ঘন নাড়। কুড়ি মিনিট টগবগ করিয়া ফুটিয়া ঘন হইয়া গেলে নামাইবে। গুড় দিলে একেবারে শক্ত হইবে না। একটু নরম থাকিবে। দুধ ভাতের সহিত ইহা খাইতে বেশ লাগিবে।

৬১৭। পাকা আমের ক্ষীর।

উপকরণ।—দিশী রসালো পাকা আম সাত আটটা, চিনি দেড় পোয়া, দুধ এক পোয়া, একটি বড় নারিকেল, কামিনী আতপ চাল এক পোয়া, জল দু সের, দারচিনি দু গিরা।

প্রণালী।—পাকা আম কাপড়ে ছাঁকিয়া রস কর। নারিকেল কুরিয়া এক পোয়া গরম জলে গুলিয়া ছাঁকিয়া দুধ বাহির করিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে তিন পোয়া জলে চাল ছাড়। মিনিট কুড়ি পরে ভাত হইয়া আসিলে আবার তিন পোয়া জল ভাতে ঢালিয়া

দাও। ইহাতে দারচিনি ফেলিয়া দাও। একটি ডালঘুঁটুনি দিয়া ভাত ভাল করিয়া ঘুঁটিয়া দিবে। বেশ গলিয়া যাইলে এবং জলও অনেকটা মরিয়া আসিলে নারিকেলের দুধ ঢাল। মিনিট দশ পরে এক পোয়া গোরুর দুধ দাও। আবার মিনিট পাঁচ সাত ঘুঁটিয়া চিনি দাও। দু একবার নাড়িয়া দেড় পোয়া আমের রস দাও। ফুটিলেই নামাইয়া ফেলিবে।

৬১৮। হেমকণা পায়স।

উপকরণ।—মেওয়া (ডেলাক্ষীর) এক ছটাক, বাদাম এক কাঁচ্চা, শফেদা আধ ছটাক, জাফ্রান তিন রতি, দুধ তিন পোয়া, চিনি আধ পোয়া।

প্রণালী।—প্রথমে বাদামের খোলা ছাড়াইয়া বেশ করিয়া বাঁট। তারপরে ডেলাক্ষীরটা বাদাম বাঁটায় বেশ করিয়া মাথ। উহাতে শফেদা (চালের ময়দা) মিশাও যে পর্য্যন্ত না শক্ত ময়দা মাথার মত হয়। উহাতে আধ কাঁচ্চাটাক চিনি বেশ করিয়া মিশাইয়া লও। তারপর কড়াইশুটির বা বোঁদের মত ছোট ছোট গুলি পাকাও। অনেকগুলি গুলি হইবে।

এইবারে তিন পোয়া দুধে আধ পোয়াটাক চিনি দিয়া আগুণে চড়াও। একফুট ফুটিলে জাফরানটুকু ছাড়িবে। প্রায় মিনিট দশ পরে দুধটা ঘন দুধের মত হইয়া আসিলেই তাহাতে পূর্ব্বপ্রস্তুত ছোট ছোট গুলি ছাড়িবে। আরো পাঁচ মিনিট ফুটিলে পর নামাইবে।

৬১৯। ভুজিয়া তালক্ষীর।

উপকরণ।—একটি বড় তাল, একটি বড় নারিকেল, এক পোয়া চালভাজাগুঁড়া, এক পোয়া চিনি, ঘি এক ছটাক, লঙ্গ তিন চারিটা, ছোট এলাচ দুটি, দারচিনি আধ তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—তালের উপরের খোসা ছাড়াও। এখন আঁটি বাহির কর। একটি বেতের ঝুড়ি আন। ঝুড়ির নীচে একটি থালা রাখিয়া দাও। এখন ঝুড়ির উপর তালের আঁটি রগড়াও। তাহা হইলে মাড়ি নীচে থালার ভিতরে পড়িবে। এখন একটি কাপড়ে এই মাড়ি ছানার মত করিয়া বাঁধিয়া রাখ। তাহা হইলে জল ঝরিয়া যাইবে। আর তত তিক্তত্ব থাকিবে না।

নারিকেল কুরিয়া এক পোয়া গরম জলে গুলিয়া দুধ বাহির কর।

এক পোয়া চালভাজা গুঁড়া করিয়া রাখ।

তালের মাড়িতে নারিকেল দুধ, চালভাজা-গুঁড়া, চিনি একত্রে মিলাইয়া আগুণে চড়াইয়া দাও। মিনিট পনের আওটাইয়া গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে।

আবার আর একটি কড়ায় ঘি চড়াও। লঙ্গ, ছোট এলাচ ও দারচিনি ছাড়। ঘিয়ের দাগ দেওয়া হইলে ঐ আওটান তাল ইহাতে ঢালিয়া দিবে। মিনিট চার পাঁচ নাড়াচাড়া করিয়া নামাইবে।

৬২০। খীরাভাত।

উপকরণ।—কামিনী আতপ চাল এক ছটাক, জল এক সের, সাঁগু আধ পোয়া, দুধ আড়াই সের, দারচিনি আধ তোলা, বড় এলাচ দুটি, চিনি দেড় পোয়া, বাদাম এক ছটাক, কিসমিস এক ছটাক, গোলাপজল আধ ছটাক।

প্রণালী।—চালগুলি ধুইয়া আধ ঘণ্টা ভিজাইয়া রাখ। সাগু-গুলিও ধুইয়া রাখ।

বাদাম ভিজাইয়া তাহার খোসা ছাড়াইয়া তারপরে আধ-ছেঁচা করিয়া রাখ। বড় এলাচের দানা আধ-থেঁতো করিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে এক সের জল চড়াইয়া দাও। চালগুলি জল হইতে ছাঁকিয়া সিদ্ধ করিতে দাও। প্রায় মিনিট দশ ফুটিবার পর প্রায় আধ-সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে দেখিলে ইহা ঘুঁটনি দিয়া ঘুঁটিয়া দিবে তারপরে সাগুগুলি ইহাতে ঢালিয়া দিবে। মিনিট পনের পরে যখন সিদ্ধ হইয়া আসিয়াছে দেখিবে। ঘুঁটনি দিয়া ক্রমাগত ঘুঁটিয়া দিবে। চাল ও সাবু মিলিয়া একেবারে ফেনের মত হইয়া যাইবে। এখন ইহাতে একেবারে আড়াই সের দুধ ও দারচিনি ছাড়। হাতা দিয়া ক্রমাগত নাড়িতে থাকিবে। প্রায় পনের মিনিট পরে দুধ ক্ষীরের মত গাঢ় হইয়া আসিলে চিনি দিবে। মিনিট পাঁচ পরে বাদাম-ছেঁচা ও কিসমিস দাও। বড় এলাচ আধ-থেঁতো করিয়া দাও। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া গোলাপজল দিবে।

ভোজন বিধি —আমাদের ভোজের সময় দুধ দিয়া পায়স রাঁধে। মুসলমানদের সিমাই রাঁধে। আর রোমান ক্যাথালিক

খৃষ্টানদের এই খীরাভাত রাঁধিয়া খাইতে দেয়।

৬২১। মনেকার পায়স।

উপকরণ।—শফেদা তিন কাঁচ্চা, দুধ আধসের, চিনি আধ পোয়া, মনেকা ষোলটী, খোপানী ছয়টী, গোলাপজল এক তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—মনেকাগুলি ধুইয়া বিচি বাহির কর। খোপানীগুলি ভিজাইয়া দাও।

এক পোয়া জল দিয়া শফেদা সিদ্ধ করিতে চড়াও। সাত আট মিনিট সিদ্ধ হইয়া আসিলে একটি হাতা দিয়া শফেদা জলের সহিত মিলাইয়া দাও। তারপরে আধসের দুধ ও আধ পোয়া চিনি ইহাতে ঢালিয়া দাও।

ফুটিয়া উঠিলে পর মনেকা আর খোপানী ছাড়িবে। হাতা দিয়া খোপানীগুলি ঘাঁটিয়া দুধের সহিত একেবারে মোলায়েম করিয়া মিশাইয়া ফেল। তারপরে মিনিট দশ পরে বেশ ঘন হইয়া আসিলে নামাইয়া ফেলিবে। ঠিক খাইতে দিবার আগে গোলাপজলের ছিটা দিয়া দিবে। মিনিট পনেরর মধ্যে ইহা হইয়া যাইবে।

৬২২। কমলানেবুর পায়স।

উপকরণ।—কমলানেবু চারিটী, শফেদা এক ছটাক, জল পোয়া-টাক, চিনি দেড় ছটাক, দুধ আধসের, কেওড়া এক তোলা।

প্রণালী।—কমলানেবু ছাড়াইয়া তাহার কোয়াগুলি হইতে শাঁস ও রস বাহির কর।

এক ছটাক শফেদা প্রায় পোয়াটাক জল দিয়া সিদ্ধ কর। আট নয় মিনিটের মধ্যে শফেদা সিদ্ধ হইয়া জলের সহিত বেশ মিশিয়া গেলে কমলানেবুর অর্দ্ধেক শাঁসের সহিত দেড় ছটাক চিনি মিশাইয়া ইহাতে ঢালিয়া দাও। তিন চার ফুট ফুটিলে পর প্রায় আধসের দুধ দিবে। ক্রমে বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে। তারপরে পাত্রে ঢালিয়া কমলানেবুর বাকী শাঁসটা ইহার উপরে ছড়াইয়া দাও; এবং কেওড়ার জল ইহার উপরে ছড়াইয়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৬২৩। দিশি পাকা আমড়া ও ঘন দুধ দিয়া ভাত।

উপকরণ।—ভাত দু মুঠা, দুধ আধসের, চিনি দেড় ছটাক, পাকা দিশি আমড়া তিনটী, মর্ত্তমান কলা একটি।

প্রণালী।—পূর্ব্ব হইতে আধসের দুধ মারিয়া এক পোয়া করিয়া রাখিবে। একটি বাটীতে দুধ ঢালিয়া রাখিবে তাহা হইলে দুধের উপরে বেশ সর পড়িয়া থাকিবে।

মিশাও। আমড়া হাতে করিয়া নিংড়াইয়া তাহার রস ইহাতে দাও। একটি মর্ত্তমান কলা মাখ। ইহার গন্ধই রুচিকর হয়।

ভোজন বিধি। প্রাত্যহিক ভাত খাইবার সময় সমস্ত তরকারী দিয়া ভাত খাওয়া হইয়া গেলে পর এই রকম দুধ দিয়া ভাত খাইতে মুখের বড় রুচিকর।

৬২৪। আম রাবড়ি।

উপকরণ।—রাবড়ি তিন পোয়া, কাঁচা আম বড় একটি, চিনি আধ পোয়া, কেওড়াজল আধ ছটাক।

প্রণালী।—কাঁচা আমের খোসা পরিষ্কার করিয়া ছাড়াইবে। জলে ভাল করিয়া ধুইবে। যদি কসি থাকে চিরিয়া কসি বাহির করিবে। আর যদি আঁটি হইয়া থাকে তো আস্তই রাখিবে। তারপরে এখন আমটি থুরিয়া লইবে। পরে চাঁচিয়া ফেলিবে তাহা হইলেই বেশ মিহি কুচি হইবে। এই আম নিংড়াইয়া তাহার রস বাহির করিয়া ফেল। এখন রাবড়িতে চিনি মিলাইয়া তাহাতে আম-কুচি মিশাও। কেওড়া দিয়া ঢাকিয়া রাখ।

৬২৫। আম কুমড়া।

উপকরণ।—ছোট কাঁচা আম পাঁচটা, কুমড়ার মেঠাই আধ পোয়া, রাবড়ি তিন পোয়া, ছোট এলাচ কুড়িটী, গোলাপজল এক ছটাক, চিনি এক ছটাক।

প্রণালী।—আমের খোসা ছাড়াইয়া কুচাও। কুমড়ার মেঠাই কিমা কর। ছোট এলাচগুলির খোসা ছাড়াইয়া তাহার দানাগুলি থেঁতো করিয়া রাখ। রাবড়িতে চিনি মিশাও। তারপরে কুমড়ার মেঠাই ও আমকুচি মিশাও। উপরে ছোট এলাচ-গুঁড়া ও গোলাপ-জল ছড়াইয়া দাও।

খাইতে বড় মধুর হয়।

৬২৬। কাঁচা আমের পায়স।

উপকরণ।—ছোট কাঁচা আম পাঁচটা, বড় কাঁচা আম চারিটা, দুধ নয় পোয়া, চিনি এক পোয়া।

প্রণালী।—আমের খোসা ছাড়াইয়া কুঁচাও। আবার সেই আমগুলি থেঁত কর। তার রস নিংড়াইয়া ফেল।

একটি কলাইকরা কড়াতে দুধ চড়াও। প্রায় পঁয়ত্রিশ মিনিট পরে দুধ বেশ ঘন হইয়া আসিলে চিনি দাও। নাড়িয়া আমকুচি দাও। দু এক ফুট ফুটিলেই নামাইবে।

৬২৭। কাঁচা আমের পায়স।

(দ্বিতীয় রকম)।

উপকরণ।—কাঁচা আম চারিটা, দুধ একসের, চিনি আধ পোয়া, চূণের জল আধসের।

প্রণালী।—কাঁচা আমের খোসা ছাড়াইয়া কুঁচাও। চূণের জলে প্রায় এক ঘণ্টা ভিজাইয়া রাখ। তাহার পরে ভাল জলে দু তিন বার ধোও। ছেঁচ। ইহার রস নিংড়াইয়া ফেল।

এবারে একটি কলাই-করা কড়াতে দুধ চড়াও। দুধ প্রায় আড়াই পোয়াটাক হইয়া আসিলে চিনি দাও। তিন চার ফুট ফুটিলে আম দাও। বেশ গাঢ় হইলে নামাইবে।

৬২৮। ফুলেরা।

উপকরণ।—পাকা চাল্‌তা একটি, জল নয় ছটাক, ঘি আধ কাঁচ্চা, তেজপাতা একটি, শুক্নালঙ্কা একটি, জীরা ও মেতি মিলাইয়া তিন আনি ভর, চিনি প্রায় দুই কাঁচ্চা, নুন সিকি তোলা, দুধ দেড় ছটাক।

প্রণালী।—একটি পাকা দেখিয়া চাল্‌তা আনিয়া তাহার বাখ্‌রা-গুলি খুলিয়া ফেল। লম্বা দিকে খণ্ড খণ্ড করিয়া কাট। প্রত্যেক খণ্ডের খোসা ছাড়াইয়া ফেল এবং বুকের দিকে যে আঁশের মত আছে তাহাও ছাড়াও। এখন আধসের জল দিয়া একটি মাটীর বা

কলাই-করা হাঁড়িতে সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। সিদ্ধ হইতে প্রায় তিন কোয়ার্টার সময় লাগিবে। এই সিদ্ধ চালতা শিলের উপরে রাখিয়া নোড়া দিয়া ছেঁচ। এইবারে হাতে করিয়া নিংড়াইয়া রস বাহির কর। প্রায় আধ পোয়াটাক রস বাহির হইবে।

হাঁড়ি চড়াও। ঘি দাও। ইহাতে একখানি তেজপাতা আর একটি শুকালঙ্কা আধখানা করিয়া ভাঙ্গিয়া ভোড়ন দাও। দেড় মিনিট পরে জীরা ও মেতি ফোড়ন দাও। ইহার যেই সুগন্ধ বাহির হইবে অমনি সেই চালতার রসটা ঢালিয়া দিবে। বাটীটা এক ছটাক জল দিয়া ধুইয়া সেই জলটাও ইহাতে ঢালিয়া দাও। তিন চার মিনিট ফুটিলে পর চিনি ও নুন দাও। আবার মিনিট তিন ফুটিতে দিবে। তারপরে দেড় ছটাক দুধ এক হাত দিয়া ঢালিবে আর অন্য হাত দিয়া একটি কাঠের হাতা ধরিয়া এক ভাবে একদিক দিয়া হিলাইতে থাকিবে। মিনিট দুই নাড়িয়া নামাইয়া ফেলিবে।

৬২৯। খইদুধ।

প্রণালী।—ধানের খই আনিয়া ঝাড়িয়া তাহার ধানাদি বাছিয়া ফেল। তারপরে খানিকটা দুধে ভিজাইয়া তাহাতে কলা, গুড় মাখ।

৬৩০। খইমাখা।

প্রণালী।—পাকা আমের রস বা কাঁটাল রস দিয়া দুধ ও চিনির সহিত খই মাখিলেও বেশ খাইতে হয়।

৬৩১। ভেটের খই।

প্রণালী।—ভেটের খই আনিয়া ঝাড়িয়া তাহার বালি ইত্যাদি ফেলিয়া দাও। তারপরে ইচ্ছামত ঘন দুধ বা বলকা দুধের সরের সহিত মাখিয়া তাহাতে পাকা আমের রস, কলা ও চিনি মাখিয়া খাও। ইহা খাইতে বেশ লাগে।

৬৩২। দুধাম।

প্রণালী।—জ্যৈষ্ঠ আষাঢ় মাসে পাকা আমের রস করিয়া তাহাতে অল্প দুধ ও চিনি মিশাইয়া খাইলে বড় পুষ্টিকারক হয়।

পাকা আম তিন চার ঘণ্টা জলে ভিজাইয়া রাখিবে, তাহা হইলে ইহার গুণ ঠাণ্ডা হইবে।

৬৩৩। দুধে কাঁটালে।

প্রণালী।—নেয়ো কাঁটাল আনিয়া কাপড়ে ছাঁকিয়া রস কর। ইহার সহিত দুধ ও চিনি মিশাইয়া খাইতে বেশ লাগে।

৬৩৪। কাঁটালে দুধাম।

প্রণালী।—পাকা আম ও কাঁটালের রস একত্রে মিশাইয়া দুধ ও চিনির সহিত মিলাও। তারপরে ইহাতে দুটিখানি ভাত মাখিয়া খাও বেশ মুখরুচিকর।

৬৩৫। মুড়িমাখা।

প্রণালী।—দুধে মুড়ি ভিজাইয়া তাহাতে অল্প নারিকেল কোরা গুড় বা চিনি (ইচ্ছামত) পাকা আমের রস মাখিয়া খাইবে।

৬৩৬। হাঁড়ি ক্ষীর।

উপকরণ।—দুধ এক সের, ছোট গুড়ে বাতাসা চল্লিশখানা,

জল এক কাঁচ্চা, পেস্তা ছয়টী।

প্রণালী।—একটি কড়ায় দুধ চড়াও। দুধের ধোঁয়া বাহির হইতে আরম্ভ হইলেই ক্রমাগত হাতা দিয়া দুধ নাড়িতে থাকিবে। ইহাতে আর সর পড়িতে দিও না। মিনিট পনের দুধ সিদ্ধ হইলে পর গুড়ে বাতাসা দাও। হাতা দিয়া নাড়। বাতাসাগুলি গলিয়া যাইলে গোলাপ জল দাও। পাণিফলের পালো বা এরারুট একটু জলে গুলিয়া ক্ষীরে ঢালিয়া দাও। মিনিট দুই তিন ফুটিবার পর নামাইবে। একটি পাত্রে ক্ষীর ঢাল। হাতা দিয়া দু একবার দুধ ঢালা-উপর করিয়া ফেনা করিয়া দাও। তাহা হইলে বেশ সর পড়িবে। সর পড়িয়া গেলে শেষে পেস্তা কয়টী লম্বা-কুচি কাটিয়া ইহার উপরে সাজাইয়া দাও।

চিরকাল গোয়ালাদের কাছে পাঁচ সিকা বা দেড় টাকায় এক হাঁড়ি ক্ষীর কিনিয়া খাইয়া আসিতেছি। এবারে ঘরে করিলেই ভাল হইবে।

৬৩৭। খেজুরের ক্ষীর।

উপকরণ।—দুধ তিন পোয়া, কলসী খেজুর সাতটী, কুমড়ার মেঠাই দুখানি, চিনি দেড় তোলা।

প্রণালী। বেশ নরম দেখিয়া কলসী খেজুর আসিবে। তাহার বিচিগুলি বাহির করিয়া ফেল।

কুমড়ার মেঠাই দুটি কুচি কুচি করিয়া কাটিয়া রাখ।

একটি কড়ায় দুধ চড়াও। মিনিট পাঁচ দুধ সিদ্ধ হইলে প

প্রথমে চিনি দাও। একবার ফুটিয়া উঠিলে খেজুর দাও। হাতা দিয়া খুব ঘাঁটিয়া দাও। খেজুর বেশ গলিয়া গেলে কুমড়ার মেঠাই দিয়া দু একবার নাড়িয়া নামাইয়া ফেলিবে।

সবশুদ্ধ মিনিট দশ বারর মধ্যে হইয়া যাইবে।

৬৩৮। মহুয়া ক্ষীর।

উপকরণ।—শুষ্কা মহুয়া আধ ছটাক, চিনি আধ ছটাক, দুধ আধসের, ঘি এক কাচ্চা।

প্রণালী।—মহুয়ার ভিতরের কেশর বাহির করিয়া ফেল। ধোও। একটি হাঁড়িতে ঘি চড়াও। মহুয়াগুলি ছাড়। ঠিক কিসমিসের মত ইহা ফুলিয়া উঠিলে নামাইবে।

এবারে একটি কড়াতে দুধ চড়াও। দুধ মিনিট দশ ফুটিলে পর মহুয়া ও চিনি দাও। আরো মিনিট দশ পরে দুধ বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে। ক্ষীরের মত হইবে।

৬৩৯। কাঁচা মহুয়ার ক্ষীর।

প্রণালী।—কাঁচা মহুয়া আনিয়া তাহার কেশর ভাল করিয়া বাছিয়া ফেলিবে। খুব ভাল করিয়া ধুইবে। তা না হইলে বালি থাকিবে। তারপরে উপরোক্ত প্রকারে করিলেই বেশ হইবে।

ক্ষীরে শুক্না মহুয়া অপেক্ষা কাঁচা মহুয়ার সুগন্ধ বেশী হয়। কিন্তু শুক্না মহুয়ার গুণ ভাল। কাঁচা মহুয়ার গুণ বেশী গরম করে।

৬৪০। আকের পায়স।

উপকরণ।—কামিনী আতপচাল আধ পোয়া, আকের খাঁটি রস এক সের, দারচিনি আধ তোলা, জল এক পোয়া।

প্রণালী।—একটি কড়ায় আকের রস চড়াও। রস ফুটিয়া উঠিলে গাদের মত ফেনা উপরে উঠিবে। তখন একটি কাপড়ে করিয়া ছাঁকিয়া ফেলিবে।

একটি হাঁড়িতে এক ছটাক চাল এক পোয়া জল দিয়া চড়াও। চাল ফুটিয়া নরম হইতে আরম্ভ করিলেই ঘুঁটুনি দিয়া ঘুঁটিতে থাক। তারপরে আকের রস ঢালিয়া দাও। দারচিনিও ইহাতে ছাড়। প্রায় মিনিট কুড়ি পরে এই রস মরিয়া গাঢ়া হইয়া আসিলে নামাইবে। ইহা খাইতে বেশ লাগে।

দুধ দিয়া খাইতে ইচ্ছা কর তো নামাইয়া দুধ মিলাইয়া খাইবে। আগুণের উপর দুধ দিয়া নাড়িতে গেলে ছানা পড়িয়া যাইবে।

৬৪১। ফুলিয়া।

উপকরণ।—বিলাতী বেগুণ এক পোয়া, দারচিনি আধ তোলা,

প্রণালী।—বিলাতী বেগুনগুলি আগে আস্ত ধুইয়া লও। তারপরে তিন চার শ্লাইস করিয়া কাট।

একটি হাঁড়িতে এই বিলাতী বেগুণ, চিনি ও দারচিনি দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াইয়া দাও। মিনিট পনের পরে সিদ্ধ হইয়া গেলে নামাইয়া ঠাণ্ডা হইতে দাও। তারপরে একটি নূতন পাতলা কাপড়ে রস নিংড়াইয়া লও। হাত দিয়া নাড়িয়া ছাঁকিবার আবশ্যক নাই।

তারপরে এই রসে আধ পোয়া ঘন দুধ বা রাবড়ি বা দুধের মোটা সর মিলাও। বরফ-কুচি দিয়া ছোট ছোট পাতলা কাঁচের গ্লাসে করিয়া খাইতে দাও। ইহা ভোজের শেষে আইসক্রিম ইত্যাদির পরিবর্ত্তে দেওয়া যাইতে পারে।

৬৪২। কামিনীচালের পরমান্ন।

উপকরণ।—ভাল সুগন্ধযুক্ত কামিনী আতপচাল তিন ছটাক, চিনি প্রায় এক পোয়া, দুধ এক সের, জল দু সের।

প্রণালী।—চালগুলি বাছিয়া জল দিয়া একবারটী ধুইয়া লও। হাঁড়ি করিয়া দেড় সের জল চড়াইয়া তাহাতে চালগুলি ছাড়। মিনিট পনেরর মধ্যে ভাত সিদ্ধ হইয়া যাইবে। তখন ঘুঁটনি দিয়া খুব ঘুঁটিতে থাক। ভাতে মাড়ে প্রায় মিলিয়া আসিলে, তাহাতে দুধ ঢালিয়া দাও। আরো মিনিট পাঁচ ফুটিলে পর চিনি দাও। চিনি দিবার পরে দু এক ফুট ফুটিলেই নামাইবে। সহজেই বসিয়া যাইবে। বেশী গাঢ় করিবার দরকার নাই।

৬৪৩। চিঁড়ার পায়স।

উপকরণ।—কামিনী চিঁড়া এক ছটাক, দুধ পাঁচ পোয়া, চিনি এক ছটাক, গোলাপজল আধ ছটাক, পেস্তা কুড়িটী, কিসমিস আধ ছটাক।

প্রণালী।—চিঁড়া ধুইয়া রাখ। পেস্তা ভিজাইয়া খোসা উঠাও। তারপরে কুচি কুচি কর। কিসমিসগুলি ধুইয়া বাছিয়া রাখ।

একটি কড়ায় দুধ চড়াও। মিনিট কুড়ি দুধ ঘন করিবে। প্রায় পোয়া তিন দুধ থাকিবে তখন চিঁড়া ও চিনি দিবে। আরো তিন চার মিনিট ফুটিলে পর কিসমিস, পেস্তা-কুচি দিয়া নামাও। ইহার উপরে গোলাপজল ছড়াইয়া ঢাকিয়া রাখ।

৬৪৪। নীচুর পায়স।

উপকরণ।—নিচু কুড়িটী, বাদাম দশটী, পেস্তা পনেরটী, চিনি তিন ছটাক, দুধ তিন পোয়া, গোলাপজল এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—নিচুর খোসা ছাড়াইয়া বিচি হইতে শাঁস আলাদা কর। শাঁসগুলি ছুরি দিয়া কুঁচাও। নিংড়াইয়া তাহার রস খানিকটা বাহির করিয়া ফেল।

বাদাম, পেস্তা ভিজাইয়া তাহার খোসা উঠাও। মিহি কুচি কুচি কাট।

থাকিবে তখন চিনি দিবে। দু এক ফুট ফুটিলে নিচু, বাদাম, পেস্তা-কুচি সব দাও। চামচ দিয়া হিলাও। বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে। গোলাপজল ছড়াইয়া দাও। ইহা মিনিট পনেরর মধ্যে হইয়া যাইবে।

৬৪৫। কমলী।

উপকরণ।—একটি নেয়াপাতি নারিকেল, দুধ তিন পোয়া, চিনি প্রায় আধ ছটাক, গাওয়া ঘি এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—নেয়াপাতি নারিকেলের শাঁস টুকরা টুকরা কাট। দুধে এই নারিকেল, চিনি ও ঘি মিশাও।

নরম আঁচে প্রায় কুড়ি মিনিট চড়াইয়া রাখ। আস্তে আস্তে সিদ্ধ হইয়া গাঢ় হইয়া আসিবে। অবশ্য মাঝে মাঝে নাড়িয়া দিবে।

গুণাগুণ।—ইহা স্নিগ্ধ, শীতল, পুষ্টিকারক, অম্লনাশক, রক্তপিত্ত ও বায়ুর শান্তিকারক।

৬৪৬। শুক্না কলার পায়স।

উপকরণ।—দুধ আড়াই পোয়া, শুক্নাকলা এক ছটাক, চিনি আধ ছটাক, দারচিনি সিকি তোলা।

প্রণালী।—একটি কড়াতে আড়াই পোয়া দুধ চড়াও। মিনিট

পনের পরে দুধ অনেকটা গাঢ় হইয়া আসিলে পর চিনি দাও। শুক্লাকলাগুলি দু তিন বার জল দিয়া ধুইয়া ফেলিবে। তারপরে দারচিনি ও শুক্লাকলা ছাড়। প্রায় মিনিট সাত আট পরে এই শুক্লাকলা দুধেতে ফুলিয়া উঠিলে এবং সঙ্গে সঙ্গে দুধও ঘন হইয়া আসিলে নামাইবে।

ইহা আসাম দেশবাসীদের বড় প্রিয় খাদ্য।

৬৪৭। সাগুর ক্ষীর।

উপকরণ।—সাগু আধ ছটাক, দুধ তিন পোয়া, বাদাম তেরটা, চিনি দেড় ছটাক, জল এক ছটাক, বড় এলাচ একটি।

প্রণালী।—সাগুগুলি ধুইয়া রাখ। বাদামের খোলা ছাড়াইয়া জলে ভিজাও। তারপরে খোসা উঠাইয়া আধ-থেঁতো কর।

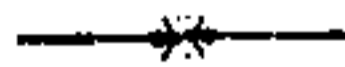
একটি কড়াও সাগুগুলি এক ছটাক জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট তিন পরে দুধ ঢালিয়া দাও। প্রায় দশ মিনিট সিদ্ধ হইবার পর বাদাম ও চিনি দাও। আরো তিন চার মিনিট পরে গাঢ় হইয়া ক্ষীরের মত হইয়া আসিলে বড় এলাচের দানা থেঁতো করিয়া দাও।

৬৪৮। সুজির পায়স।

উপকরণ।—সুজি আধ ছটাক, দুধ তিন পোয়া, দারচিনি সিকি তোলা, চিনি এক ছটাক।

প্রণালী।—একটি শুক্না কড়া চড়াও। সুজি দাও খুন্তি দিয়া নাড়িয়া মিনিট দু তিন ঈষৎ ভাজিয়া লও। যেন মোটেই লাল হইয়া না যায়। বেশ শাদা থাকিবে। তারপরে ইহাতে দুধ ঢালিয়া দাও, দারচিনি দাও। প্রায় সাত আট মিমিট ফুটিয়া ঘন হইয়া আসিবার পর চিনি দাও। আরো মিনিট দু তিন পরে নামাইবে। ঘন ঘন হাতা দিয়া নাড়িয়া দিবে।

ইহাতে দারচিনির বদলে নেবুর খোলা দিলেও বেশ সুগন্ধ হয়।

৬৪৯। লাউয়ের ক্ষীর।

উপকরণ।—এক ফালি কচি লাউ, দুধ সাড়ে তিন পোয়া, চিনি আধ পোয়া, বড় এলাচ একটি, জল আধ পোয়া।

প্রণালী।—কচি দেখিয়া লাউ আনিবে। তাহা তিন ভাগ করিয়া কাট। এক ভাগ লও। এখন এই ফালি লাউয়ের উপরের বুকোর খানিকটা কাটিয়া ফেল। লাউ-কুরুনিতে কোর।

আধ পোয়া জল দিয়া সিদ্ধ করিতে দাও। প্রায় মিনিট পনের পরে সিদ্ধ হইলে একটি ছাঁকনির কাপড়ে ঢালিয়া ফেল। তারপরে

এখন দুধ আওটাও। প্রায় মিনিট পনের পরে দুধ ঘন হইয়া আসিলে লাউ ছাড়। মিনিট দুই হাতা দিয়া ঘন ঘন ঘাঁটিয়া দাও। তারপরে চিনি ও বড় এলাচের দানা আধ-থেঁতো করিয়া ইহাতে দাও। আরো তিন চার মিনিট পরে ইহার জল মরিয়া গিয়া ক্ষীরের মত হইয়া আসিলে নামাইয়া ফেল।

৬৫০। পেঁয়াজের পরমান্ন।

উপকরণ।—শাদা বম্বে পেঁয়াজ এক ছটাক, দুধ একসের, চিনি এক ছটাক, কিসমিস এক কাঁচ্চা, পেস্তা আধ ছটাক, গোলাপজল এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—পেঁয়াজের খোসা ছাড়াইয়া তিন চাকা করিয়া কাট। চূণের জলে প্রায় তিন ঘণ্টা ভিজাইয়া রাখ।

কিসমিস বাছিয়া ধুইয়া রাখ। পেস্তা ভিজাইয়া তাহার খোসা ছাড়াইয়া আস্ত রাখ।

একটি হাঁড়িতে তিন ছটাক জল চড়াও। পেঁয়াজগুলি দু তিন বার ভাল জলে ধুইয়া হাঁড়ির জলে সিদ্ধ করিতে চড়াও। তারপরে দশ মিনিট পরে ইহার জল ঝরাইয়া আবার নূতন জল দিয়া হাঁড়ি চড়াও। আবার দশ মিনিট পরে এই পেঁয়াজ সিদ্ধ জল বদলাইয়া ফেল, এবং নূতন জল দিয়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। এই প্রকারে তিনবার উপরি উপরি পেঁয়াজের জল বদলাইয়া ফেলিতে হইবে।

এইবারে দুধ আওটাও। কড়ায় দুধ চড়াইয়া দাও। চিনি দাও। প্রায় পনের মিনিট পরে দুধ অনেকটা ঘন হইয়া আসিলে পর পেস্তা, কিসমিস দাও। তারপরে আর পাঁচ মিনিট পরে পেঁয়াজ দিবে। হাতা দ্বারা বেশ করিয়া নাড়িয়া দিবে। দু তিনবার ফুটিলে পর নামাইয়া গোলাপজল দাও। ঢালিয়া ঢাকিয়া রাখ।

এই পেঁয়াজের পায়স অনেকটা নিচুর ক্ষীরের মত খাইতে লাগে।

৬৫১। মেঠাইয়ের পায়স।

উপকরণ।—দুধ এক সের, পোলাও মেঠাই একটি, চিনি এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—একটি কড়ায় দুধ চড়াও। মিনিট কুড়ি পরে দুধ রাবড়ির মত ঘন হইয়া আসিলে মেঠাই ও চিনি দাও। দু তিনবার নাড়িয়া নামাইয়া ফেল।

৬৫২। মাখানা ক্ষীর।

উপকরণ।—মাখানা আধ ছটাক, দুধ এক সের, ছোট গুড়ে বাতাসা চল্লিশখানা, গোলাপজল আধ ছটাক, ঘি আধ পোয়া।

প্রণালী।—মাখানাগুলি আস্তই রাখিয়া দাও।

একটি কড়ায় ঘি চড়াইয়া দাও। ভাসা ঘিয়ে মাথানাগুলি ভাজিবে। বেশ ফুলিয়া উঠিবে। তিন চার মিনিটের মধ্যে হইয়া যাইবে।

এখন আর একটি কড়ায় দুধ চড়াও। মিনিট দশ দুধ ফুটিলে পর বাতাসা দাও। হাতায় করিয়া নাড়িয়া দাও। নাড়িতে নাড়িতে দেখিবে দুধে যেন এক রকম ফেনা ফেনা উঠিতেছে আর ভারী হইয়া যাইতেছে তখন গোলাপজল দিবে। ইহার একটু পরেই মাথানা দিবে। দু একবার ফুটিয়া উঠিলেই নাড়িয়া নামাইয়া ফেলিবে। দুধে বাতাসা দিবার পর তিন চার মিনিটের মধ্যে হইয়া যাইবে।

মাথানা পদ্মফুলের বিচির খই ইহা বড় পুষ্টিকারক। ইহা বড় বাজারে পাওয়া যাইবে।

৬৫৩। সিমাই ক্ষীর।

উপকরণ।—সিমাই এক ছটাক, দুধ তিন পোয়া, চিনি এক ছটাক, ঘি এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—ঘি চড়াইয়া সিমাইগুলি অল্প লাল করিয়া কষিয়া লও।

একটি কড়ায় দুধ চড়াও। মিনিট পাঁচ সাত পরে দুধের ধোঁয়া উঠিতে থাকিলে সিমাইগুলি ঢালিয়া দাও, চিনি দাও। আরো দশ

৬৫৪। মেকারনীর ক্ষীর।

উপকরণ।—মেকারনী আধ ছটাক, দুধ আধসের, চিনি আধ ছটাক, জল তিন ছটাক।

প্রণালী।—একটি কড়ায় জল দিয়া মেকারনীগুলি সিদ্ধ করিতে চড়াও। মিনিট পনের পরে জল মরিয়া ইহা সিদ্ধ হইয়া গেলে পর দুধ দাও। মিনিট পনের পরে দুধও বেশ ঘন হইয়া আসিলে চিনি দিবে। দু এক মিনিট পরে নামাইবে।

৬৫৫। ভার্মিসিলির ক্ষীর।

উপকরণ।—ভার্মিসিলি এক তোলা, দুধ আধসের, চিনি আধ ছটাক।

প্রণালী।—কড়ায় দুধ চড়াইয়া তাহাতেই ভার্মিসিলি ছাড়। মিনিট আট দশের ভিতর বেশ সিদ্ধ হইয়া গেলে চিনি দাও। আরো ছয় সাত মিনিট ফুটিয়া বেশ গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে।

৬৫৬। ছাঁচিকুমড়ার প্রাস।

উপকরণ।—ছাঁচিকুমড়া খোলাশুদ্ধ ওজন করিয়া আধসের, দুধ একসের, চিনি আধ পোয়া, গোলাপজল আধ পোয়া।

প্রণালী।—ছাঁচিকুমড়া কুরুনি দিয়া কুরিয়া লও।

একটি হাঁড়িতে আধ পোয়া জল দিয়া কুমড়া সিদ্ধ করিতে চড়াও। প্রায় দশ মিনিট পরে ইহা সিদ্ধ হইয়া গেলে পর একটি কাপড়ে করিয়া সমুদয় জল নিংড়াইয়া ফেল।

এখন একটি কড়ায় দুধ চড়াও। মিনিট দশ দুধ ঘন হইলে পর চিনি দাও এবং কুমড়া দাও। তারপরে হাতায় করিয়া ঘাঁটিয়া দাও। মিনিট তিন পরে বেশ মিলিয়া যাইলে গোলাপজল ও পেস্তা দিয়া নামাও।

গুণাগুণ।—ইহা পিত্তনাশক।

৬৫৭। তালের ভাপা।

উপকরণ।—তালের মাড়ি আধসের, উষ্ণচালের খচা-গুঁড়া আড়াই পোয়া, চিনি দেড় পোয়া, মৌরী সিকি তোলা, নারিকেল এক মালা, জল আধসের।

প্রণালী।—চাল ভিজাইয়া তারপরে জল ঝরাইয়া একটি কুলাতে ছড়াইয়া দিবে। যখন ইহার জল শুকাইয়া যাইবে অথচ নরম থাকিবে তখন মিহি করিয়া না গুঁড়াইয়া খচা-খচা করিয়া গুঁড়াইবে।

নারিকেল কুরিয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে আধসের গরম জল চড়াও। আধ পোয়া মরিয়া যখন দেড় পোয়াটাক থাকিবে জল নামাইবে। এই জল দিয়া

নারিকেল কোরা মিশাও। ডাল-বাঁটার মত নরম হইবে।

এবারে একটি তোলো হাঁড়িতে চার আঙ্গুল বাদ রাখিয়া জল চড়াইয়া দাও। জল ফুটিতে থাকুক। হাঁড়ির মুখে একটি কাপড় বাঁধিয়া দাও। এক একটি শালপাতায় থানিকটা করিয়া এই থামির রাখ। হাঁড়ির কাপড়ের উপরে এই শালপাতা রাখিয়া দাও। এখন ইহার উপরে আর একটি হাঁড়ি ঢাকা দিয়া দাও। তাহা হইলে ভাপে ঐ থামির শক্ত হইয়া যাইবে। মিনিট পনেরর মধ্যে হইবে।

ভোজন বিধি।—দুধের ক্ষীরে দিয়া ডুবাইয়া খাইবে।

৬৫৮। তালের পায়স।

উপকরণ।—আতপ চাল আধ পোয়া, একটি বড় নারিকেল, জল এগার ছটাক, বড় এলাচ দুটি, দারচিনি সিকি তোলা, তালমাড়া এক পোয়া, নারিকেল-কোরা আধ ছটাক অথবা বাদাম-বাঁটা আধ ছটাক, চিনি আধ পোয়া।

প্রণালী।—নারিকেল কুরিয়া তিন ছটাক জল ইহাতে মাখ। এখন একটি কাপড়ে ছাঁকিয়া দুধটা আলাদা রাখিয়া দাও। আবার এই নারিকেল শিটাতে আধসের জল মাখিয়া আর একটি পাত্রে নিংড়াইয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে ঐ আধসের জল দিয়া আধ পোয়া চাল চড়াইয়া দাও। বড় এলাচের দানা আর দারচিনি ছাড়। হাঁড়ি ঢাক।

ভাত প্রায় মিনিট কুড়ি পাকিলে ঘুঁটনি দিয়া খুব ঘুঁটিয়া দিবে। যেন ভাতে জলে মিলাইয়া যায়। তারপরে ইহাতে তালের মাড়ি, বাদাম-বাঁটা (বাদাম-বাঁটা না থাকিলে আধ ছটাক নারিকেল-কোরা দিলেও চলে।) ও চিনি ঢালিয়া দাও। নাড়িয়া মিশাও। মিনিট পাঁচ পরে নারিকেলের প্রথম দুধটা ইহাতে ঢালিয়া দাও। প্রায় মিনিট পনের কুড়ি পরে বেশ গাঢ়া গাঢ়া হইয়া আসিলে নামাইবে।

৬৫৯। বোঁদের পায়স।

উপকরণ।—দুধ একসের, বোঁদে আধ পোয়া, চিনি এক কাঁচ্চা, গোলাপজল আধ ছটাক, পেস্তা দশটা।

প্রণালী।—পেস্তা ভিজাইয়া খোসা উঠাইয়া লম্বা-কুচি কাটিয়া রাখ।

একটি কড়ায় দুধ চড়াও। মিনিট পাঁচ পরে চিনি দাও। হাতা দিয়া ক্রমাগত নাড়িয়া দিবে যেন তলায় ধরিয়া না যায়। প্রায় মিনিট বার পরে দুধ আওটাইতে আওটাইতে অনেকটা ঘন হইয়া আসিলে বোঁদে ঢালিয়া দিবে। তারপরে প্রায় মিনিট পাঁচ পরে গোলাপজল দাও। দু এক মিনিট পরে নামাইবে। একটি গাঢ়া পাত্রে ঢালিয়া তাহার উপরে পেস্তা-কুচি ছড়াইয়া দাও।

৬৬০। তাল ক্ষীর।

উপকরণ।—তিনটী আঁটিওলা একটি বড় তাল (ওজনে মাড়ি তিন পোয়া বাহির হইবে), দুধ আড়াই সের, চিনি দেড় পোয়া।

প্রণালী।—তিনটী আঁটিওলা একটি বড় তাল লইয়া আসিবে। প্রথমে তালের উপরের বোঁটা খুলিয়া ফেল। তারপরে কাল খোসা ছাড়াও। এখন তিনটী আঁটি আলাদা কর। প্রত্যেক আঁটি হাতে করিয়া অল্প জল লইয়া কসটাও। তাহা হইলে নরম হইয়া যাইবে সহজে মাড়া যাইবে। এইবারে বাঁশের বা বেতের একটি ঝুড়ি আনিয়া উপুর কর। তাহার ভিতরে একখানি থালা রাখ এবং ঝুড়ির উপর হইতে তালের আঁটি মাড়িতে থাক। তাহা হইলে তালের মাড়ি ভিতরের থালাতে পড়িবে, অথচ আঁশ আঁটিতে থাকিয়া যাইবে। প্রায় তিন পোয়া মাড়ি বাহির হইবে।

একটি কলাই-করা বা পিত্তলের কড়ায় দুধ চড়াইয়া দাও। প্রায় মিনিট পঁচিশ পরে যখন ঘন হইয়া পাঁচ পোয়াটাক আন্দাজ দুধ রহিয়াছে দেখিবে দেড় পোয়া চিনি দিবে এবং তালের মাড়ি দিবে। খুন্তি বা কাঠের তাড়ু দিয়া ঘন ঘন নাড়িতে থাক। যদি দেখ ডিম ডিম কাটিল না তাহা হইলে দু তিন চাকা নেবুর রস দিবে। ডিম ডিম কাটিলে আর নেবুর রস দিবার আবশ্যক নাই। ডিম কাটে তো প্রথমেই তাল দিবার দু তিন মিনিট পরেই দেখিতে পাইবে। তাল দিবার মিনিট পনের পরে যখন তাল বাঁধিয়া আসিবে তখন নামাইবে। যতক্ষণ একটু পাতলা থাকিবে নামাইবে না। তাহা হইলে এক দিনের বাসি হইলেই ইহার জল বাহির

হইবে। ভাল রকম গাঢ় করিয়া নামাইলে তিন চার দিনেও খারাপ হইবে না।

৬৬১। তালের ক্ষীর।

(দ্বিতীয় প্রকার।)

উপকরণ।—একটি তাল বা তালের মাড়ি এক সের, দুধ এক সের, চিনি এক পোয়া, নারিকেল-কোরা আধ পোয়া (একটি ছোট নারিকেল), বড় এলাচ চারিটা।

প্রণালী।—তালের মাড়ি বাহির করিয়া কাঁচা দুধে চিনি ও তাল গুলিয়া চড়াইয়া দাও। প্রায় মিনিট কুড়ি ফুটিয়া ঘন হইয়া আসিলে পর নারিকেল-কোরা ঢালিয়া দাও। যখন বেশ ডেলা-ক্ষীরের মত হইয়া আসিবে বড় এলাচের গুঁড়া দিয়া নামাইবে। সবশুদ্ধ প্রায় কুড়ি পঁচিশ মিনিট সময় লাগিবে। ইহা খাইতে বেশ লাগে।

৬৬২। যজ্ঞির পরমান্ন।

উপকরণ।—দুধ একসের, চিনি আধ পোয়া, কামিনী আতপ-চাল এক ছটাক, জল এক পোয়া, বড় এলাচ একটি, পেস্তা এক কাঁচ্চা, বাদাম এক কাঁচ্চা, কিসমিস এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—নূতন কামিনী আতপচাল আনিবে। ইহার সুগন্ধেতেই পরমান্ন ভাল হয়। এক ঘণ্টা আগে ধুইয়া ভিজাইয়া রাখিবে। বড় এলাচের দানাগুলি আধ-থেঁতো করিয়া রাখ। বাদাম, পেস্তা ভিজাইয়া তাহার খোসা উঠাইয়া মিহি লম্বা-কুচি কাট। কিসমিসগুলি বাছিয়া ধুইয়া রাখ।

একটি হাঁড়িতে এক পোয়া জল চড়াইয়া তাহাতে চালগুলি ছাড়। মিনিট দশ পরে ভাত সিদ্ধ হইয়া গেলে হাতা দিয়া ঘাঁটিয়া ভাতগুলি ভাঙ্গিয়া ভাঙ্গিয়া দাও। তারপরে দুধ ঢালিয়া দাও। আরো মিনিট দশ পরে দুধে ভাতে বেশ মিশিয়া গেলে চিনি দাও এবং বড় এলাচের দানা দাও। দু এক মিনিট পরে বাদাম, পেস্তা ও কিসমিস দিয়া নামাইবে।

ভোজন বিধি।—আমাদের যজ্ঞিতে এই প্রকারে পরমান্ন রাঁধিয়া খাইতে দেওয়া হয়। বেশী করিতে চাও একটু পাতলা রাখিলেই চলিবে।

৬৬৩। ছানার বাটী-পায়স।

উপকরণ।—টাট্কা ছানা এক ছটাক, দুধ একসের, চিনি আধ পোয়া, কিসমিস এক কাঁচ্চা, পেস্তা এক কাঁচ্চা, গোলাপজল এক কাঁচ্চা।

প্রণালী।—পেস্তা ভিজাইয়া খোসা উঠাইয়া লম্বা-কুচি কাটিয়া রাখ।

একটি কড়ায় প্রথমে দুধ চড়াইয়া আওটাও। মিনিট পনের

পরে দুধ বেশ ঘন হইয়া আসিলে চিনি দিয়া ছানা দাও। মিনিট পাঁচ হাতা দিয়া খুব নাড়িয়া নাড়িয়া এই ঘন দুধে এবং ছানাতে মিশাইয়া ফেল। তারপরে নামাইয়া গোলাপজল দিয়া আর একবার নাড়িয়া দাও।

এখন চারিটী ছোট চেপ্টা খুড়ী বা বাটীতে পায়স ঢালিয়া দাও। প্রত্যেক বাটীর পায়সের উপরে পেস্তা-কুচি ও কিসমিস দিয়া সাজাইয়া দাও।

ভোজন বিধি।—ইহা ভাতের পরে লুচির সঙ্গে অথবা পুডিংয়ের পরিবর্ত্তে দেওয়া যাইতে পারে।

৬৬৪। ছানার পায়স।

উপকরণ।—দুধ একসের, চিনি দেড় ছটাক, কিসমিস আধ ছটাক, গোলাপজল আধ ছটাক।

প্রণালী।—একটি কড়ায় দুধ চড়াও। চিনি দাও। প্রায় কুড়ি মিনিট পরে বেশ গাঢ় রকম হইয়া আসিলে কিসমিসগুলি ইহাতে ছাড়িয়া দাও। কিসমিস দিবামাত্র দুধ যেন ছানা ছানা হইয়া ফাটিয়া যাইবে। তখন হাতা দিয়া খুব নাড়িতে থাকিবে। তারপরে গোলাপজল দিবে। আরো মিনিট আট পরে গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইবে। রসা-রসা ছানার ক্ষীরের মত হইবে।

৬৬৫। ভাজা কলাইডালের প্রাস।

উপকরণ।—ভাজা কলাইডালের ময়দা এক ছটাক, দুধ তিন পোয়া, চিনি আধ পোয়া।

প্রণালী।—প্রথমে আধ পোয়া দুধে ডালের ময়দাটা গুলিয়া লইবে। বেশী দুধে গুলিলে ডেলা পাকিয়া যাইবে। তারপরে এই গোলা সমস্ত দুধে মিশাইয়া ফেলিবে। এখন কড়ায় করিয়া এই গোলা দুধ চড়াইয়া দাও। খুন্তি দিয়া ক্রমাগত নাড়িতে থাকিবে তা না হইলে তলায় লাগিয়া যাইবার সম্ভব। ক্রমে গাঢ় হইয়া আসিতেছে দেখিলে ইহাতে চিনি ঢালিয়া দিবে। ক্ষীরের ন্যায় গাঢ় হইয়া আসিলে নামাইয়া ফেলিবে। ইহা মিনিট সাত আটের ভিতর হইয়া যাইবে।

এই প্রাসের এমন চমৎকার সুগন্ধ হয়। কতদূর হইতে পাওয়া যায়।

বিংশ অধ্যায়।

বিবিধ।

প্রয়োজনীয় কথা।

ধনী দরিদ্র সকল গৃহস্থ পরিবারদিগের বড় হইতে অতি ক্ষুদ্রা-দপি বস্তুরও সদ্ব্যবহার করা উচিত। বাগানে তরকারী হইলে বা যে কোন রকমে হউক ভাণ্ডারে তরকারী অধিক হইলে পচিয়া যাইবার সম্ভব। সে রকম স্থলে তরকারী কাটিয়া শুকাইতে দিলে তাহার বিধি মত সদ্ব্যবহার করা হইবে। তাহা হইলে অসময়ের জিনিশও সময়ের মত করিয়া খাইতে পারিবে। এমন কি পুই ডাঁটা সজিনা ডাঁটা পর্য্যন্ত শুকাইয়া রাখিতে পার। কেবল রাঁধিবার আগে একটু জলে ভিজাইয়া লইয়া তারপরে ইচ্ছামত ইহা যে কোন তরকারীতে দিলে সুস্বাদু হইবে।

এ রকম কার্য্যে সুগৃহিণীর সুদক্ষতা প্রদর্শিত হইবে যে তাহার আর কোন ভুল নাই।

নিরামিষ রাঁধিতে গিয়া রাঁধুনিদের কতকগুলা চুটকি কথা শিখিয়া রাখা উচিত। এই অধ্যায়ে সেই রকম কতকগুলি আবশ্য-কীয় কথা লিখিয়া দিব।

৬৬৬। পল্‌তা শুক্তা।

পলতা গাছ আনিয়া তাহার পাতাগুলি ছিঁড়িয়া একটি কুলায় রাখিয়া শুকাইতে দিবে। দু তিন দিনে বেশ মুচমুচে হইয়া শুকাইয়া গেলে হাতে করিয়া গুঁড়াইয়া একটি শিশিতে ভরিয়া রাখিবে।

কাঁচা পলতার অভাবে এই শুক্তা পলতা অল্প লইয়া একটু জল দিয়া ভিজাইতে দিবে। তারপরে ডালনা ফুটিয়া উঠিলে অমনি ভিজা পলতা ছাড়িতে পার। অথবা শুক্তা পলতা জল দিয়া ভিজাইয়া তারপরে বাঁটিয়া লইবে। এখন এই পলতা-বাঁটা তেলে কষিয়াও রাঁধিতে পার কিম্বা ছাঁচনা দিবার পর তরকারী সিদ্ধ হইয়া গেলে পলতা বাঁটিয়া অমনি কাঁচা ফেলিয়া রাঁধিতে পার।

৬৬৭। নিম শুক্তা।

নিমপাতা শুকাইয়া এই রকম গুঁড়া করিয়া বোতলে পুরিয়া রাখিবে। এই শুক্তা নিম দিয়া বেগুন ভাজিলে বড় ভাল খাইতে হয়। শুক্তা নিমের সহিত থার দিয়া রাঁধিলেও বেশ হয়।

৬৬৮। উচ্ছে বা করোলা শুক্তা।

উচ্ছে বা করোলা আনিয়া চাকা চাকা করিয়া কাটিয়া একটি

কুলায় করিয়া শুকাইতে দিবে। তিন চার দিন পরে বেশ খটখটে হইয়া শুকাইয়া গেলে একটি শিশি বা টিনে ভরিয়া রাখিবে।

এই শুক্তা উচ্ছে খার * দিয়া রাঁধিয়া খাইলে বড় ভাল লাগে। ইহা শুধু সরিষা-বাঁটা দিয়া রাঁধিলেও বেশ হয়।

৬৬৯। মুলা শুক্তা।

মুলা আনিয়া চাকা চাকা করিয়া বা ডুমা ডুমা করিয়া কাট। একটি কুলায় ছড়াইয়া দিয়া রৌদ্রে শুকাইতে দিবে। চিম্‌সে চিম্‌সে হইয়া শুকাইয়া যাইলে উঠাইয়া রাখিবে। ইহা ভিজাইয়া বাঁটা সরিষা দিয়া রাঁধিলে ভাল হয়। কোন তিত চড়চড়ি বা ডাল কিম্বা ডালনাতে দিলে বেশ সিদ্ধ হইয়া যাইবে, আর বেশ মুলার গন্ধ হইয়া তরকারী খাইতে ভাল লাগিবে।

৬৭০। ছাঁচিকুমড়া শুক্তা।

ছাঁচিকুমড়া আনিয়া লম্বায় চার ভাগে কাট। এখন একটি কুরুনিতে কুরিয়া ফেল। একটি কুলায় করিয়া ইহা রৌদ্রে শুকাইতে দাও। দু দিনের মধ্যে এক পিঠ শুকাইয়া যাইবে, তখন আর এক পিঠ উল্টাইয়া দিবে। ভাল রকম শুকাইয়া গেলে তবে

* ৪০১ পৃষ্ঠায় তিতাখার দেখ।

বোতলে বা টিনে ভরিয়া রাখিবে।

আর এক রকমে ছাঁচিকুমড়া শুকান যায়। ছাঁচিকুমড়ার খোলা ছাড়াইয়া ডুমা ডুমা করিয়া বানাইয়া রৌদ্রে শুকাইতে দিবে। ইহাও তিন চার দিন পরে শুকাইয়া যাইবে। ভাল রৌদ্র না পাইলে ইহা পচিয়া যায়। এই জন্য কথনো মেঘলা দেখিলে শুক্তা করিবার জন্য কোন জিনিষ কাটিবে না।

ছাঁচিকুমড়ার বড়ি তো হয়ই। ইহার কথা প্রথম খণ্ডে ৩৫২ পৃষ্ঠায় বলিয়া আসিয়াছি। তাহা ছাড়া ইহাতে নানা রকম রান্না রাঁধা যায়। এই কুমড়া একটু জলে ভিজাইয়া তারপরে খারনি দিয়া রাঁধিলে বেশ খাইতে হয়। ডুমা শুক্তা কুমড়া ডালে দিয়া রাঁধিলে বেশ হয়। ইহা মাছে দিয়া রাঁধিলেও বেশ হয়।

৬৭১। সজিনা ফুল শুক্তা।

সজিনা ফুল শুকাইয়া রাখিবে। ইহা ভিজাইয়া তারপরে 'রাই' * রাঁধিলে বেশ খাইতে হয়। একটু ঝাল ঝাল করিয়া রাঁধিবে।

৬৭২। ট্যাঁড়স শুক্তা।

কচি ট্যাঁড়স আনিয়া চাকা চাকা কাট। রৌদ্রে শুকাইতে

---

* ৪০০ পৃষ্ঠায় সজিনা ফুলের রাই দেখ।

দাও। ইহা রাঁধিবার আগে জলে ভিজাইয়া তারপরে দই দিয়া কাঁচা ট্যাড়সের ঝোলের মত করিয়া রাঁধিলে বেশ খাইতে লাগে।

৬৭৩। হলুদ-বাঁটা।

মশলা বাঁটিবার সময় বরাবর প্রথমেই আলাদা করিয়া হলুদ-বাঁটিয়া লইবে। হলুদ অন্য মশলার সহিত এক সঙ্গে বাঁটিলে ভাল মিহি করিয়া বাঁটা হইবে না।

৬৭৪। লঙ্কা-বাঁটা।

লঙ্কাও আলাদা বাঁটিবে। ইহাও অন্য মশলার সহিত বাঁটিলে মিহি হয় না।

৬৭৫। আদা পেঁয়াজ।

আদা, পেঁয়াজ ইচ্ছামত একত্রে বাঁটা যাইতে পারে। কিন্তু কেবল আদার তরকারী রাঁধিতে হইলে আদা আলাদা বাঁটিবে। আদা বাঁটিবার আগে শিলে ঘষড়াইয়া তাহার খোসা উঠাইয়া ফেলিবে।

৬৭৬। কাঁচালঙ্কার কথা।

তরকারী ফুটিবার সময় কাঁচালঙ্কা ভাজিয়া দিতে হয় তাহা হইলে তরকারীতে কাঁচালঙ্কার বেশ গন্ধ হইবে।

বেশী ঝাল না করিতে চাও তো লঙ্কার বিচিগুলি বাহির করিয়া তারপরে তরকারীতে ছাড়িলে আর ঝাল হইবে না।

৬৭৭। বিনা পেঁয়াজে পেঁয়াজের গন্ধ করা।

আদার রসে হিং ভিজাইয়া সেই হিং-গোলা তরকারীতে দিলে ঠিক পেঁয়াজের মত গন্ধ হইবে।

নিরামিষ তরকারী রাঁধিতে গিয়া পেঁয়াজ না দিয়াও পেঁয়াজের গন্ধ করিতে চাহ তো এই প্রকারে রাঁধিবে।

৬৭৮। কলাইশুটি।

কলাইশুটি ফুটিতে থাকিলে নুন দিলেই ইহার কট্‌কট্‌ শব্দ থামিয়া যাইবে।

তরকারী আধ-সিদ্ধ হইয়া আসিবার পরে কলাইশুটি ঝোলে ফেলিলে ইহার ঠিক সবুজ রংটী বজায় থাকে।

৬৭৯। হালসেটে গন্ধ।

যে সকল তরকারীর হালসেটে গন্ধ আছে সেই তরকারীগুলি রাঁধিবার আগে তেলে অল্প করিয়া কষিয়া লইলেও ঐ গন্ধটা চলিয়া যায়। আবার জলে ভাপাইয়া লইয়া সেই জলটা ঝরাইয়া লইবে, তাহা হইলেও ঐ গন্ধ চলিয়া যাইবে।

কড়া হালসে গন্ধ নিবারণ করিবার জন্য অনেকে সিদ্ধ করিবার সময় কপি, সালগম প্রভৃতিতে একটু নুন মাখাইয়া দেয়। আবার কেহ কেহ উনানে খানিকটা নুন ফেলিয়া দিয়া তাহার উপরে হাঁড়িটা রাখিয়া দেয়।

৬৮০। ডাল সিদ্ধ করিবার উপায়।

ডাল পুরান হওয়াতে সিদ্ধ হইতেছে না দেখিলে তিন কি চার রতি ভর সোডা কিম্বা দু ফোঁটা পেঁপের আটা অথবা আসাম দেশের ক্ষার বা ক্ষারনি দিলে সহজেই সিদ্ধ হইয়া যাইবে।

---

* প্রথম খণ্ডের ৯৭ পৃষ্ঠায় ক্ষারনি ভাত দেখ।

৬৮১। আর একটি উপায়।

শুক্না ডালে কাঁচা ঘি বা তেল মাথাইয়া তারপরে সিদ্ধ করিতে চড়াইলে ডাল শীঘ্র সিদ্ধ হইয়া যাইবে।

৬৮২। ধরাগন্ধ যাওয়া।

ডাল বা কোন তরকারী হাঁড়িতে লাগিয়া যাইলে তখনি হাঁড়িটা আর নাড়া চাড়া না করিয়া আল্‌গোচে আর একটি হাঁড়িতে তরকারী ঢালিয়া ফেলিবে। তাহা হইলে আর অতটা পোড়া গন্ধ থাকিবে না। তারপরেও যদি থাকে তো দু তিনটী পান ফেলিয়া দিলে অনেকটা পোড়া গন্ধ চলিয়া যায়।

৬৮৩। ডাল উৎলান।

ডাল ফুটিয়া ফাঁপিয়া উঠিলে সেই ফেনার উপরে আধ কাঁচ্চাটাক তেল বা ঘি ঢালিয়া দিবে। তাহা হইলে ডাল যতই ফাঁপিয়া উঠুক না কেন আর পড়িয়া যাইবে না। কিন্তু জলের ছিটা দিলে যতবার ডাল ফাঁপিয়া উঠিবে ততবারই জলের ছিটা মারিতে হইবে। তেল বা ঘি ঐ একবার দিলেই হইয়া যাইবে।

৬৮৪। দইয়ের হাঁড়ি।

যে হাঁড়িতে দই পাতিবে, সেই হাঁড়ির দই ফুরাইয়া গেলে হাঁড়িটী ভাল করিয়া ধুইবে। তারপরে ঘুঁটের আগুণে বা নিবন্ত আগুণে ভাঁড়টী বাহিরে ভিতরে ভাল করিয়া পোড়াইবে। তাহা হইলে ইহার জল সব শুকাইয়া যাইবে। তারপরে ইহাতে ছয় সাত দিন পর্য্যন্ত দই থাকিলেও ছাতা পড়িবে না বা গন্ধ হইবে না।

৬৮৫। সংক্ষেপ কথা।

দই কখন আগুণে চড়াইবে না। যদি সাঁতলাও তো তখনি তাড়াতাড়ি নামাইয়া ফেলিবে কখন ফুটিতে দিবে না। তাহা হইলেই ছানা হইয়া যাইবে।

৬৮৬। বেশন।

প্রণালী।—ছোলার ডাল আনিয়া ঝাড়িয়া বাছিয়া রৌদ্রে দিবে। তারপরে গরম গরম জাঁতায় পিষিয়া ছাঁকিয়া ফেলিবে। তাহা হইলে বেশ মিহি বেশন হইবে।

৬৮৭। ধোয়া কাঁচাকলাই ডাল।

উপকরণ।—গোটা মাষকলাই একসের, জল পাঁচ পোয়া।

প্রণালী।—গোটা কলাই ডালগুলি আগে ঝাড়িয়া বাছিয়া তারপরে জাঁতায় ভাঙ্গিবে। আবার কুলায় করিয়া পাছড়াইয়া গোটা কলাইগুলি আলাদা কর। খুদ আলাদা কর এবং ডাল আলাদা কর।

একটি পাত্রে পাঁচ পোয়া জল দিয়া ডালগুলি ভিজাইয়া দাও। হাতে করিয়া দু তিনবার কচ্‌টাইয়া দাও। প্রায় এক ঘণ্টা পরে, ডাল ভিজিয়া যাবার পর আবার দুই হাতে করিয়া ক্রমাগত কচ্‌টাও—তাহা হইলে ইহার খোসা ডাল হইতে উঠিয়া যাইবে।

এখন রৌদ্রে একটি পাতলা কাপড় বিছাইয়া দাও। হাতে করিয়া ডাল নিংড়াইয়া যতটা জল বাহির করিতে পারকর। তারপরে এই কাপড়ের উপরে ছড়াইয়া শুকাইতে দাও। সারা দিনে তিন চারবার ডালগুলি নাড়িয়া দিবে, তাহা হইলে শীঘ্র শুকাইয়া যাইবে। তারপরে হামালদিস্তা বা উখলিতে ডাল কাঁড়িবে। ইহার পরে আবার কুলায় করিয়া পাছড়াইলে খোসা নীচে পড়িয়া গিয়া পরিষ্কার ধোয়া ডাল হইবে।

৬৮৮। ধোয়া কাঁচামুগের ডাল।

প্রণালী।—হালি বা ঘোড়া মুগ আনিয়া ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে 'ধোয়া মুগের ডাল' প্রস্তুত করিবে। সোণামুগের ধোয়া ডাল ভাল হয় না—বড় ছোট ছোট হয়।

৬৮৯। ভাজা মুগের ডাল।

উপকরণ।—সোণামুগ দেড় সের।

প্রণালী।—মুগ ভাজিবার জন্য নূতন নারিকেল-কাটির কুচি প্রস্তুত করিয়া লইবে। আর একটি খোলা (এক পাশ ভাঙ্গা হাঁড়ি) আনিয়া রাখিবে।

গোটা সোণামুগ আনিয়া তাহার বালি কাঁকড় ইত্যাদি বাছিবে।

হাঁড়ি আগুণে চড়াও। মিনিট চার পাঁচের ভিতরে বেশ গরম হইয়া উঠিলে তখন আধসের আন্দাজ মুগ ছাড়। এখন কুচি দিয়া ক্রমাগত নাড়িতে থাকিবে। তারপরে ডাল যেই একবার কি দুইবার চুটপুট করিবে অমনি আগুনের উপর হইতে হাঁড়ি তিন চারবার হিলাইয়া তারপরে ডাল ভূমিতে ঢালিয়া ঠাণ্ডা হইতে দিবে। এক এক খোলা ভাজিতে প্রায় সাত আট মিনিট করিয়া লাগিবে। পঁচিশ মিনিটের মধ্যে দেড় সের ডাল ভাজা হইয়া

ভাঙ্গিবে। পরে কুলায় পাছড়াইয়া গোটা মুগগুলি আলাদা করিবে, ভুষি আলাদা করিবে, খুদ আলাদা করিবে, ডাল আলাদা করিবে।

ওজন।—ডাল বেশী বেশী প্রায় পাঁচ পোয়া বাহির হইবে। আর গোটা, খুদ, ও ভুষি মিলাইয়া প্রায় এক পোয়া কি তিন ছটাক বাহির হইবে।

৬৯০। ভাজা কলাই ডাল।

প্রণালী।—ঠিক উপরোক্ত প্রণালীতে করিতে হইবে।

ডাল বেশী ফুটিতে দিবে না। দু একবার চুটপুট করিলে এবং ডালের রং অপেক্ষাকৃত ঈষৎ ঘোর হইয়া আসিলে নামাইতে হইবে। ডাল বেশী কড়া হইয়া গেলে সিদ্ধ হয় না আবার যদি কম ভাজা হয় তাহা হইলেও ইহার কাঁচাটে গন্ধ হয়। ঠিক আন্দাজে ডাল ভাজিতে হইবে।

৬৯১। গুঁড়া ডাল।

প্রণালী।—যদি ভাজা ডালের কোন রকম দোষ হইয়া যায় অর্থাৎ কড়া হইয়া যায় বা কাঁচাটে ভাব থাকিয়া গিয়াছে দেখ, তাহা হইলে রৌদ্রে দিবে। বেশ গরম হইয়া গেলে জাঁতায় মিহি করিয়া পিষিয়া লইবে।

এই গুঁড়া ডালের ডাল রান্না বেশ হয়। ইহার সঙ্গে দুধের পায়স করিলেও বেশ হয়—বড় পুষ্টিকর জিনিষ হয়।

উড়িষ্যাঞ্চলে গুঁড়া ডালের ডাল রান্না প্রচলিত আছে।

৬৯২। ছোলার ডাল।

প্রণালী।—ছোলা আগের দিন রাত্রে জলে ধুইয়া একটি গাড় বাটীতে রাখিয়া দিবে। তাহা হইলে ছোলাগুলি অল্প নরম হইয়া যাইবে। তারপরে সকালে রৌদ্রে একটি কাপড়ের উপরে ছড়াইয়া শুকাইতে দিবে। বেশ শুকাইয়া গেলে পর একবারটী জাঁতায় ডাল ভাঙ্গিয়া লইবে। তারপরে কুলায় করিয়া ফটকাইবে। ইহার সমুদয় খোসা নীচে ঝরিয়া যাইবে। তারপরে ডাল জাঁতায় আরো একবার ভাঙ্গিয়া লইবে। আবার কুলায় ফটকাইবে। এবারে ডালগুলি আলাদা রাখিয়া দিবে, আর খুদগুলি আলাদা রাখিয়া দিবে।

৬৯৩। গরমমশলার কথা।

গরমমশলার গুঁড়া বা বাঁটা গরমমশলা দুইই যে কোন তরকারীতে দিতে হইলে বরাবর তরকারী নামাইয়া তারপরে দিতে

মশলার গন্ধ চলিয়া যায়। আরও, বাঁটা গরমমশলা বেশী করিয়া দিলে তরকারী তিত হইয়া যায়।

আস্ত গরমমশলা আগুনের উপরে তরকারীতে যে রকমে ইচ্ছা ছাড়িলে রান্নার সুবাস বাহির হইবে।

৬৯৪। ওল কচু।

ওল কি কচু সিদ্ধ হইলে তাড়াতাড়ি ঠাণ্ডা জলে কখন ডুবাইবে না, তাহা হইলেই মুখ ধরিবে। ওল কি কচু তেঁতুল পাতা কিম্বা তেঁতুল দিয়া সিদ্ধ করিলে আর মুখ ধরিবে না।

৬৯৫। বিউড়ি ডাল।

কাঁচা মাষকলাই ভাঙ্গিয়া কুলায় পাছড়াইয়া ফেলিবে। তারপরে এই ডালে খানিকটা দুধ আর অল্প ঘি দলিয়া ইহা রৌদ্রে শুকাইতে দিবে। দুধ ও ঘি এমনি দিতে হইবে যেন বেশ মাখ-মাখ হইয়া যায়। তারপরে হামালদিস্তায় খুসলে সমুদয় খোসা উঠিয়া যাইবে। তখন আবার কুলায় করিয়া পাছড়াইবে। এইরূপে পরিষ্কার শাদা ডাল হইবে।

৬৯৬। শফেদা।

প্রণালী।—চালগুলি ধুইয়া একটি কুলায় পাছড়াইয়া দিবে ইহার জলটা শুকাইয়া গেলে এবং চালটা অল্প নরম থাকিতে থাকিতে জাঁতায় পিষিবে। তারপরে চালুনিতে ছাঁকিয়া লও। এই চালের গুঁড়া এখন রৌদ্রে দিয়া আর একবার ভাল করিয়া শুকাইয়া লইবে।

৬৯৭। মাখন-মারা-ঘি।

উপকরণ।—মাখন এক সের, নেবুর পাতা আটখানা, পান একটা, দুধ এক ছটাক।

প্রণালী।—ঘাঁটালের মাখনের ঘি ভাল হয়। একটি বড় কড়ায় একসের মাখন চড়াও। মাখন গলিয়া ফেনা হইলেই ইহাতে আট-খানা নেবুর পাতা ও একটা পান দিবে। তারপরে ফেনা মরিয়া গেলে, কড়া আগুন হইতে নামাইবে এবং এক ছটাক দুধ ঢালিয়া দিবে। দুধ দিবামাত্র এই ঘি দ্বিগুণ ভাবে ফাঁপিয়া উঠিবে। তার-পরে ছাঁকিয়া রাখিবে।

ঘি কখন কাঁশা বা পিত্তলের পাত্রে রাখিবে না কলঙ্কিয়া যায়। ঘি পাথর বা কাচের পাত্রে রাখা উচিত। ঘি ঠাণ্ডা করিয়া বোতলে ভরিয়া ছিপি দিয়া রাখিলে অনেক দিন থাকে। মাটীর হাঁড়িতেও

একবিংশতি অধ্যায়।

ভোজন-পাত্র।

সাধারণতঃ আমাদের বাঙ্গলা দেশে ভূমিতে আসনের উপরে বসিয়া থালায়, পাথরে বা কলাপাতায় খাওয়া প্রচলিত। কিন্তু আমাদের সঙ্গে অন্যান্যদেশের ভোজন পাত্রাদির ব্যবস্থায় প্রভেদ আছে। ভারত ভিন্ন অন্যান্য অধিকাংশ দেশে, এমন কি ভারতের কোন কোন প্রদেশে এরূপে মাটিতে ভোজনপাত্র রাখিয়া খাইবার রীতি নাই। সে সকল দেশে বসিবার আসনের সম্মুখে জলচৌকীর মত একটি করিয়া কাষ্ঠের মঞ্চ থাকে। অনেক স্থলে সেই কাষ্ঠ-মঞ্চের উপরে আবার ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র বাটী বসাইবার জন্য কতকগুলি গর্ত্ত খোদিত থাকে। আসাম দেশে ধনবানদিগের গৃহে কারুকার্য্য শোভিত এইরূপ পিত্তলের বা রৌপ্যের ছোট ছোট মঞ্চ বা টেবিল ব্যবহৃত হয়। কোন রাজ-ভোজ দিবার কালে আমাদের বঙ্গদেশীয় পদ্ধতির পরিবর্ত্তে ভারতের অন্যান্য প্রদেশের ন্যায় মঞ্চ প্রচলিত হইলে যে অনেকাংশে সুশোভন দেখায় তদ্বিষয়ে সন্দেহ নাই। তবে সাধারণতঃ মাটীতে পাত পাড়িয়া যে খাওয়ান দস্তুর আছে, তাহা অল্প ব্যয়সাধ্য বটে এবং সেই কারণে সকল শ্রেণীর লোকের পক্ষেই সুবিধাজনক।

ধনী ব্যক্তির গৃহে রৌপ্যথালে বা কাংস্যথালে অথবা কাল বা শ্বেত প্রস্তরে নিমন্ত্রিত ব্যক্তিগণকে খাওয়ান হইয়া থাকে। কিন্তু কলাপাতায় খাওয়ান যেমন উচ্চনীচ সর্ব্বশ্রেণীর সুবিধাজনক এমন আর অন্য কিছুতে নহে। থালা যে যে জিনিষের দেওয়া হইবে বাটী প্রভৃতিও সেই জিনিষেরই দিতে হইবে। যদি স্থালী হয় পাথরের তাহা হইলে পাথরেরই সব বাটী পিরিচ দেওয়া বিধেয়। রূপার থালার সঙ্গে রূপার বাটী পিরিচ ব্যবহার করা কর্ত্তব্য। কিন্তু কাঁশা প্রভৃতি ধাতবপাত্রে অম্ল জিনিষ খাইতে দেওয়া শ্রেয় নহে। ধাতব পাত্রের সহিত দু একটী পাথরের বাটী প্রভৃতি ব্যবহার করা যুক্তিসঙ্গত।

এক্ষণে আমাদের কলাপাতার বিষয় বলা যাক।—

বড় বড় দেখিয়া কলাপাতা আনিয়া তাহার মুখের দিকটা খানিকটা কাটিয়া ফেল। তারপরে কলাপাতার শিরাটা বরাবর চিরিয়া যাও। এইবারে এই দ্বিখণ্ডিত কলাপাতাগুলিকে আবার কিছু কম দেড় হাত লম্বা খণ্ড খণ্ড করিয়া কাটিবে। তারপরে কলাপাতা ধুইয়া মুছিয়া রাখিবে। ভোজের জন্য যে স্থান নির্দ্দিষ্ট, সেখানে এবারে কলাপাতাগুলি পাতিয়া পাতিয়া যাও। ডান ধারে পাতার উপরে পোড়া, ভাজিভুজি, ছেঁচকী, ঘণ্ট এই সব শুক্না শাক্না দিয়া সাজাইবে। তারপরে ডান ধার হইতেই মাটির খুরি সাজাইয়া যাইবে। ইহাতে এক এক করিয়া ঝোলো তরকারীগুলি এবং ক্ষীর পায়স পর্য্যন্ত সাজাইয়া দিবে। খাবার মধ্যস্থলে এবং অনেক সময় ভাত খাওয়া প্রায় শেষ হইবার সময়, পেট ভরিয়া আসিবার কালে যে পোলাও পরিবেশন করা হয় তাহা সকলের প্রিয় বলিয়া বোধ হয় না। ইহাপেক্ষা খরীগুলির মধ্যস্থলে একটি গভীর রকমের

ভাঁড় রাখিয়া তাহাতেই চাপিয়া পোলাও রাখিয়া দিবে। এইরূপে রাখিলে পোলাও ঠাণ্ডা হইয়া যাইবে না বেশ গরম থাকিবে। বস্তুতঃ পূর্ব্ব হইতে অন্যান্য জিনিষের মত পোলাও সাজাইয়া গেলে পাছে ঠাণ্ডা হইয়া যায় সেই জন্যই খাবার মধ্যে পোলাও দিয়া থাকে। কলাপাতার যে মুখের দিকটা কাটিয়া ফেলা হইয়াছে, তাহা হইতে ফুলকাটা রেকাবীর আকারে আরো দুটি পাতা কাটিতে হইবে। অথবা মাটীর পিরিচ দিলেও চলে। ইহার একটিতে দুখানি করিয়া রুটী বা লুচি দিয়া যাও। আর অপরটীতে ফল সাজাইয়া দাও। একটি ছোট গোলপাতা কাটিতে হইবে তাহাতে নেবু নুন দিবে। খাওয়া হইয়া গেলে এই সব পাতা, খুরি, গ্লাস, পিরিচ সব ফেলিয়া দিতে হয়। তাহা আর ধুইয়া ঘরে উঠাইবার নিয়ম নয়। ধাতব বা প্রস্তর পাত্র আহারের পর ধুইয়া মাজিয়া ঘরে উঠাইয়া রাখিবে।

প্রশস্ত আঙ্গনে এককালে সহস্র সহস্র লোককে একসঙ্গে খাওয়াইতে গেলে কলাপাতায় খাওয়ান যেমন সুবিধাজনক এমন আর অন্য কিছুতে নয়।

বাঙ্গলা খাবার নীচে বসিয়া খাইতে বা খাওয়াইতে সুবিধা হয় বটে, কিন্তু ইংরাজী খাবার টেবিলে না খাইলে কোন মতে সুবিধা হইতে পারে না। সঙ্গে কাঁটা চামচ ছুরি ব্যবহার না করিলে খাওয়া চলিতেই পারে না। হাতে ছেঁড়াছিঁড়ি করিয়া মাংস খাওয়া যাইতে পারে সত্য, কিন্তু সেটা বড়ই কষ্টকর এবং দেখিতে অত্যন্ত অশোভন হয়। যজ্ঞির সময় যে একটা মহা গোলোযোগ ব্যাপার হয়, তাহার কারণ বিধিব্যবস্থায় বা বন্দোবস্তের অভাব। আমাদের যজ্ঞিতে সবই যেন গোলে হরিবোল হয়। যজ্ঞির সময় যদি বিভিন্ন কার্য্যের জন্য বিভিন্ন লোক নিযুক্ত করা যায়, তাহা হইলে অনেক

পরিমাণে গোল কমিয়া অনেক কাজ সহজে অগ্রসর হয়। জিনিষ পত্তর আনিবার জন্য স্বতন্ত্র লোক, তরকারী বানাইবার জন্য স্বতন্ত্র লোক, মশলা পিষিয়া রান্নাঘরের ফাইফরমাস শুনিবার জন্য স্বতন্ত্র লোক ঠিক করা উচিত। তারপরে রাঁধিবার জন্য পাচক স্বতন্ত্র নিযুক্ত করিতে হইবে। পরিবেশনের জন্য স্বতন্ত্র লোক আবশ্যক ইত্যাদি। বিভিন্ন বিভাগে বিভিন্ন লোক নিযুক্ত হইলে সকল কার্য্যই সহজে অগ্রসর হয়। ভোজন পাত্রাদি সাজাইবার জন্য আলাদা লোকের আবশ্যক। নিমন্ত্রনকারীগণ নিমন্ত্রিত ব্যক্তি-গণকে স্বহস্তে পরিবেশন করিতে পারিলে ভালই হয়। নিমন্ত্রিত-দিগের কাহার কি আবশ্যক জিজ্ঞাসা করিয়া তৎক্ষণাৎ আনাইয়া দিবে। তারপরে গ্লাসে জল দিবার জন্যও স্বতন্ত্র লোক চাহি। অবশেষে চিরুণি, ঘটি, গামছা ও বেশন লইয়া মুখ ধুইবার জল দিবার জন্য পরিচারকের আবশ্যক। তারপরে নিমন্ত্রিতের ভোজন-স্থান হইতে গাত্রোত্থান করিলে একটি পানের বাটা বা সরপোসে পান বা মশলা লইয়া পরিচারকেরা তাহাদের সম্মুখে উপস্থিত করিবে।

যজ্ঞির খাবারে ভাতে পোড়া দিবার নিয়ম নাই। ভাতে বা সিদ্ধ জিনিষটা তবু দেওয়া যাইতে পারে।

ক্রমণী।

যখন কোন পাশ্চাত্য ধরণে রাজ-ভোজ দেওয়া হয়, তখন কি কি খাদ্য প্রস্তুত হইয়াছে তাহা নিমন্ত্রিত ব্যক্তিগণকে জ্ঞাপনের জন্য খাদ্যসমূহের একটী তালিকাপত্র বা মেনু টেবিলে সাজাইয়া রাখা হয়। আমাদের বাঙ্গলা ভোজেও এইরূপ মুদ্রিত তালিকাপত্র নিমন্ত্রিত ব্যক্তিগণের হাতে হাতে বিলি করিলে মন্দ হয় না। অথবা একটী তালিকাপত্র দেওয়ালে ঝুলাইয়া দিলেও হয় যাহাতে সকলের গোচরে আসিতে পারে। এইরূপ আহারের তালিকাপত্র বা মেনুর নাম আমরা বাঙ্গলায় "ক্রমণী" রাখিলাম। পাঠকদিগের সুবিধার জন্য নিম্নে কয়েকপ্রকার ক্রমণী লিপিবদ্ধ করা গেল।

১

ভাত

মাখম ভাত

আলুভাতে, বেগুন পোড়া, বড়ি ভাজা, তিলপিটুলি বেগুন ভাজা, পটোলের ফরেটা

নারিকেল দিয়া ঝিঙ্গা ছেঁচকী

ভাজা চড়চড়ি।

লাউ ঘণ্ট　　　　মোচার ঘণ্ট

উচ্ছে শুক্তানি

পাতলা মুগের ডাল

কাঁচা পেঁপের ডালনা

ছোলার ডালের ধোঁকা

কাঁচকলার হিঙ্গি

রুটী

ছানার কালিয়া

ঝিঙ্গা আমের কারী

আলুর দমপক্ত

লাউয়ের অম্বল

মিছে দই-মাছ

কুলা সাম্বূন নিগমৎ পোলাও

ফল

খোপানীর ক্ষীর

মুণ্ডি সন্দেশ পানতোয়া।

২

ভাত মাখন-মারা ঘি

উচ্ছে আলু ভাতে নটেশাক ভর্ত্তা

ঝিঙ্গা ভাতে

কাঁচকলা ভাজা বেশন দিয়া নটেশাক ভাজি

আলুর গিলে কোপ্তা

মটর ডালের আমঘোল

ঝিঙ্গার শুকৎ ইঁচড়ের ঘণ্ট

হিঞ্চে শাকের শুক্তানি

মুগের ডালের পোরো

শাদা ডালনা

ছানার পোলাও

হঁচড়ের হিঙ্গি — লাউয়ের মালাইকারী

বড়ি দিয়া কাঁচা চেরা-তেঁতুলের অম্বল

চালতার গুড়-অম্বল

দইয়ের কাঢ়ি

ফল

চিঁড়ার পায়স

লেডি ক্যানিং — বাতাবি সন্দেশ।

৩

ভাত

ঝিঙ্গা পাত পোড়া

মাখন-মারা ঘি

কড়ুই বেগুন ভর্ত্তা — মশুর ডাল ভাতে

মুগের বেগনি — ছানার কাটলেট

কচি পুঁইপাতা ভাজা — আনারস ভাজা

বিলাতী কুমড়ার ছেঁচকী

টক চড়চড়ি

মোচার বড়া-ঘণ্ট

করোলার শুক্তানি

কড়ুই বেগুন দিয়া মুগের ডাল

পালমের ঝালের ঝোল

সর মালাই পোলাও

মটর ডালের ধোঁকা তালের মাতির হিঙ্গি

মিঠা দিলখোস

বেগুনের কালিয়া

কাঁচা তেঁতুলের সরবতী অম্বল

বিলাতী বেগুনের অম্বল

চিনি-পাতা দই

আমিলা।

৪

মোটা চালের ভাত

লাউয়ের খোলা ছেঁচকী পুঁইশাকের চড়চড়ি

সজিনা শাকের তেল-শাক

কাঁচা মাষকলাইয়ের ডাল

আঁটি আমড়ার অম্বল

দই

ভাতের পায়স

রাশি সন্দেশ।

৫

পোড়ের ভাত

গাঁদালপাতার ঝোল

গাঁদালপাতা ভাজা

পুরান তেঁতুলের অম্বল।

৬

পান্তভাত

আমানি সাঁতলান

বড়ি সেঁকা	বাটী-চড়চড়ি

পোস্তদানার আমঘোল

গোটা কলাই সিদ্ধ	লঙ্কাপাতার চড়চড়ি

চালতা চড়চড়ি

ভাগুলী।

৭

ভাতের মণ্ড

নুন	লেবুর রস

পলতার বড়া	পলতার ডালনা।

৮

ভাতের মণ্ড

একটু নুন	বলকা দুধ।

৯

ফেন্‌সা ভাত

নুন	মাখন-মারা-ঘি

গিমা শাক পোড়া	ভুয়রা আলু

বেগুন পোড়া	কচি কচুপাতা পোড়া

কাঁটালবিচি ভাতে	কচি আমড়া ভাতে

খয়ের বড়া আলুর মাফিন

পোস্ত চড়চড়ি মুলাশাকের ছেঁচকী

মুগের ডাল চড়চড়ি

শুকা ছোলা শাকের ঝোল

মালাই থাড়া খিচুড়ি

বেগুনের দোল্মা ছানার দমপক্ক

বিলাতী আমড়ার চাটনী অম্বল

দয়ে বড়া

ফল

ক্ষীর খোস।

১০

ভাত

নিমে শিমে ছেঁচকী নিমের ঝোল

মাখন-মারা-ঘি

ডাল দিয়া বেগুন ভর্ত্তা বাঁধা কপি ভাতে

কচু পোড়া ছোলার ডালের আলুর চপ

মোচার আমঝোল

কাঁচা কলাইশুটির ফুলুড়ি বেশন দিয়া বেতোশাক ভাজা

ফুলকপি চড়চড়ি ঘণ্ট ভোগ

বড় অরহরের ডালকারী পানিফলের ডালনা

জলগুঁজিয়ার হিন্দুস্থানী পোলাও

বিটের হিঙ্গি শাককপির কারী

তেঁতুল বড়া	বুঁদিয়া কাড়ি

পেঁয়াজের পরমান্ন

তালশাস সন্দেশ।

১১

ভাতের কোপ্তা

মালাই ভুনি-খিচুড়ি

মোচা ভাতে	আলুর ঘি-পোড়া

আমরুল শাক পোড়া

বড়ির ছেঁচকী	কচুর বড়া

বেগুনি আলুভাজা	তেমতি ভর্ত্তা

শাকেড়া

পেঁয়াজ-কলির চড়চড়ি	ফুলকপির ঘণ্ট (দ্বিতীয় প্রকার)

কলাইশুটির ডালনা

শালগমের হিঙ্গি

বেগুনের কালিয়া

ছানার দমপক্ত

আলুবখরা দিয়া বড়ার অম্বল

দহি ভাত

খেজুর রসের ক্ষীর।

১২

ভাত

বাটা পলতার শুক্তানি

পটোল পোড়া আমলকী ভাতে

ডাল সেঁকা বেগুনের চপ

পাকা চালতা ভাতে

কচি পুঁইপাতা ভাজা সিমাই আলু ভাজি

পেঁয়াজের দোল্মা ভাজি

ডুমুরের কুর্কিট আলুরফুলুড়ি

পটোল ও কুমড়ার ছেঁচকী

লাউঘণ্ট

ইঁচড় দিয়া অরহর ডাল

ছাঁচিকুমড়া দিয়া মুগের ডালনা

কোপ্তা খিচুড়ি

মিহিকারী

আমের বোলের অম্বল

মাহেরি

খেজুরের পোলাও।

১৩

ভাত

হিঞ্চের শুক্তানি

কচি বেত ভাতে মসুর ডাল পোড়া

লাউ ও কুমড়াডগি ভাতে

হিন্দুস্থানী ডাল

উচ্ছে ভাজা রাঙাআলু ভাজা

পাকা ডেলো ভাজা পটোলবিচির নোনা

মাল্লোয়া পটোল পুরণ ভাজা

থোড় ভাজা

ডোঙ্গো ডাঁটার ছেঁচকী

নটেশাকের গোড়ার চড়চড়ি

চাপড়ি ঘণ্ট

পাকা শসার ডালনা

আলু ও কলাইশুটির হিঙ্গি ছানার কালিয়া

ইঁচড়ের কোপ্তাকারী

থাইসথি পোলাও

নারিকেল বড়ার আমসি অম্বল

গোলাপী জামের অম্বল

ডালমাছা

ফুলেরা।

১৪

ভাত

নিমের কারী শুক্তানি

পোস্ত ভাতে বাঁধা কপি ভাতে

মজার মিলন

পটোলের বিচি ভাজা

তিলে নারিকেলী বড়া মুগের ফাঁপড়া

হরফি আলু ভাজা নটেশাক ভাজা

মোচা দিয়া আলুর চপ মিছা বড়া

সজিনা ফুলের ছেঁচকী

বয়বটীর চড়চড়ি

কুমড়া-শাক দিয়া মুগের ডালের ঘণ্ট

মুগের ডালের কারী

মালাই ভুনি-খিচুড়ি

লাউয়ের মালাইকারী

পটোলের দোল্মা

ইন্দ্রাল

চালতার চাটনী অম্বল

দ্বারিকানাথ ফির্নি পোলাও।

১৫

ভাত

মাখন-মারা-ঘি নেবু, নুন

নিমে শিমে ছেঁচকী ছোলার ডাল ভাতে

বেশন দিয়া শুল্‌ফ শাক ভাজি

ছোলার ডালের কারী কুমড়া এঁতোর ফুলুড়ি

পুনকো শাকের শশ্‌শরি

ভর্ত্তাপুরী

পালমশাকের চড়চড়ি

থোড়ের ঘণ্ট

তিলে খিচুড়ি

ছানার ডালনা পাকা শসার কারী

পটোলের দোল্মা

তিল বাঁটা দিয়া কচি আমড়ার অম্বল

পাকা পেঁপের অম্বল

লক্ষ্ণৌ কড়ুই কাঁচা আমের পায়স।

১৬

ভাত

তিতাখার

কচি কচুপাতা পোড়া আমরুল শাক ভাতে

কাঁটাল বিচি পোড়া

কাঁচা ডেলো ভাজা

চালবাঁটা দিয়া পাটশাক ভাজা

ইঁচড়ের কোপ্তা

বাসকফুল ভাজা কুমড়া এঁতো ভাজা

পছলা

লাউয়ের ক্ষার ছেঁচকী কচুশাকের ঘণ্ট

শাদা কুমড়ার ঘণ্ট

কড়ুই বেগুন দিয়া মুগের ডাল

অরহর ডাল চালতা দিয়া

কাঁচা পেঁপের ডালনা

আম দিয়া বড়ার অম্বল

শুক্না কলার পায়স

ফুলেরা।

১৭

ক্ষারণি ভাত

ভাত

শসার পাতা পাত-পোড়া, কড়ুই বেগুন পোড়া, আমলকী ভাতে, কচি বেত ভাতে, পাকা চালতা ভাতে, পাকা ডেলো ভাজা, কচুডাঁটি ভাজা সজিনা শাকের তেলশাক

বকফুল ভাজা

পেঁপের ফুলড়ি

শাদা কুমড়ার ঘণ্ট

সজিনা ফুলের ঘণ্ট

থোড় ও কাঁটালবিচি দিয়া অরহর ডাল

আমচুর দিয়া মাষকলাই ডাল

লাল কচুশাকের অম্বল

চালতা চড়চড়ি

ভাজা কলাই ডালের পায়স।

১৮

থ্যাকারা ভাত

ভাত

গাঁদালপাতা ভাজা

গাঁদালপাতার ঝোল

আমরুল শাক পোড়া।

১৯

ভাত

পাটশাকের শশ্‌শরি, বড়ি ভাজা, ওল কচু ভাজা, বাঁশের কোঁড়ের ছেঁচকী, কাঁচা পেঁপের ঘণ্ট, মোচার ঘণ্ট।

মাটিমাহর থার
চালতা দিয়া মস্থর ডাল
কচুশাকের টক অম্বল
গুড়ে কুলে অম্বল
দুধ-আম।

২০

ভাত
মালতে পাতার শুক্তানি
কচু শাকের ঘণ্ট
উচ্ছে দিয়া খ্যাশারি ডাল
আলু ভাজা ওল ছেঁচকী
সজিনা ডাঁটা ছেঁচকী
কাঁচা মুগের ডাল চালতা দিয়া
বাঁশের কোঁড়ার ডালনা
কচুশাকের টক অম্বল
বলকা দুধ ভাত।

২১

ভাত
ঝিঙ্গা পাতত দিয়া

লাউ ঘণ্ট

ইঁচড়ের ঘণ্ট

বাহগাজ ডাল　　　বকফুল ভাজা

কচুশাকের টেঙ্গা ডাল

বড়ির ঝোল

কচুশাকের চাটনী অম্বল

লাউয়ের ক্ষীর।

২২

জাফরানি ভুনি-খিচুড়ি

ধুঁদুলপোড়া　　　শিম ও বর্ব্বটী ভাতে

পাকা আম ভাতে

পটোলের নোনা মালোয়া

পাকা কাঁটালের ভূতি ভাজা

কাঁকরোল ভাজা

ভাত

অরহর ডালের থাজা

লাউয়ের ডালনা

বেগুন ও বড়ির সুরুয়া

ছোলার ডালের ধোঁকা

বেগুনের দোল্মা

আলুবখারা বা আমচুর দিয়া মুগের ডাল

পাকা পটোলের ঝুরঝুরে অম্বল

থোড়ের কাড়ি

রামমোহন দোল্মা পোলাও

নীচুর পায়স

নারিকেলের বরফি।

২৩

ভাত

আলু পোড়া, দুধ দিয়া বেগুন ভর্ত্তা, মূলা সিদ্ধ, আনারস ভাজা

মোচা দিয়া আলুর চপ

মুগের ফাঁপড়া

মিছা বড়া

ডুমুর ছেঁচকী মোচা ছেঁচকী

কুমড়াশাকের ডাঁটা চড়চড়ি

কুমড়াশাক দিয়া মুগের ডালের ঘণ্ট

পালমশাকের ঘণ্ট

উচ্ছা দিয়া মসুর ডাল

ওলার ডালনা

ট্যাঁড়সের ঝোল

ছানার ফুপু পোলাও

নিরামিষ ডিমের বড়ার কারী

করোলার দোল্মা আচার

আলুর দমপক্ক

কচি কাঁচা তেঁতুলের ফটকিরি ঝোল

নারিকেলের অম্বল

পাকোড়ী

খইয়ের পরমান্ন

কমলী।

২৪

মালাই পিশপাশ

মটর ডাল পোড়া, পোস্ত ভাতে, ট্যাঁড়স ভাতে, কাঁচকলা ভর্ত্তা,

তিলে নারিকেলী বড়া

ভাত

পলতাবেগুন ভাজা

মানকচু দিয়া মুগের ডাল

দোমেষা কোপ্তা

কাঁচকলার চপ, বেশন দিয়া লালকুমড়া ভাজা

উড়িয়া ফুলুড়ি

পুনকোশাকের শশ্‌শরি

বাঁশের কোঁড়ার ছেঁচকী

পালম শাকের চড়চড়ি

কচুশাকের মালাই ঘণ্ট

ঝিঙ্গার ঘণ্ট

বেশনের সুরুয়া

বেগুনের ডালনা

ধুঁদুলের কারী

কচুরমুখীর দোল্মা

বড়ি দিয়া কাঁচা চেরা তেঁতুলের অম্বল

ছানার অম্বল

পেশোয়ারী কড়ি ক্ষীর জমাই
ফল
আবার খাব সন্দেশ।

২৫

কলাইশুটি দিয়া ফেনসা খিচুড়ি
পলতার ফুলুড়ি
বেশন দিয়া ফুলকপি ভাজা
কাঁচা কলাইশুটির ফুলুড়ি
পেঁয়াজকলি ভাজা
ভাত
ছোলার ডালের দুধে মালাই কারী
বাঁধাকপির ছেঁচকী
তেওড়া শাকের চড়চড়ি
কচি মূলার ঘণ্ট
লালশাকের ঘণ্ট
বাঁধাকপির ঘণ্ট
গাছ ছোলার ডালনা
মটর ডালের ধোঁকা
কমলানেবুর কালিয়া
ওলকপির কারী
পেঁয়াজী দোল্মা আচার
ফুলকপির দমপক্ত
বেগুন দিয়া কাঁচা কুলের অম্বল

আনারসী মালাই পোলাও

ফুলিয়া।

বৈশাখ মাস

পটোলের ডালনা

পাতলা মুগের ডাল থোড় ও পটোল দিয়া

ঝাল কাসুন্দি দিয়া ডেঙ্গোর অম্বল

কলি আমের ঝোল

ঘোল সাঁতলান

আমানি সাঁতলান

জ্যৈষ্ঠ মাস

উচ্ছে ভাজি

আম দুধ ভাত

ডেঙ্গোডাঁটা ছেঁচকী

নটেশাকের ডালনা

ফুল চালতা দিয়া অরহর ডাল

পটোলের ঘণ্ট

কাঁচকলার হিঙ্গি

লাউয়ের ডালনা

আষাঢ় মাস

খিচুড়ি

হিঞ্চে শুক্তানি

বড়ি ভাজা
কাঁটালবিচি ভাতে
পাকা পটোল পোড়া
ঝিঙ্গার ঘণ্ট
নূতন মূলার চড়চড়ি
থোড় ছেঁচকী
বড়ি ছেঁচকী
বিচে বড়ি সেঁকা
মোচার ঘণ্ট
লালকুমড়ার ছেঁচকী
ভাজা কলাইয়ের ডাল
রাঙাআলুর মিঠা অম্বল
আলুবথরার অম্বল
আঁটি আমড়ার অম্বল
তাল ক্ষীর
তাল ফুলুড়ি
কলা দুধ কাসুন্দি দিয়া ভাত।

শ্রাবণ মাস

আমরুলশাক
লাল শাকের ছেঁচকী
কল্মি শাক ভাজা
ওল ছেঁচকী
ওল ভাতে

ওলের ডালনা
ওলের বড়ার হিঙ্গি
আনারসের পোলাও
আনারসের ভাজা
আনারসের বিহার
আনারসের অম্বল
লালশাকের অম্বল
লালশাকের কারী
ফেন্সা ভাত
বিলাতী আমড়ার অম্বল
তালের বোঁদে
তালের সন্দেশ
তালের পায়স
তাল ক্ষীর।

ভাদ্র মাস

খিচুড়ি
ফেন্সা ভাত
ডাল ভাতে
নারিকেল ভাজা
নারিকেল বড়া
নারিকেল কুমড়ি
ছাঁচিকুমড়ার ঘণ্ট
ছাঁচিকুমড়ার ডালনা

ধোঁকা
ছানার কাটলেট
ছানার কারী
মোচায় দইমাছ
মোচার আমঘোল
কচুশাকের ঘন্ট
বাঁশের কোড়ার ডালনা
কচুশাকের বড়া
আমসি অম্বল
বড়ার অম্বল
অরহর ডালের থাজা
কসা ছোলার ডাল
আমশক্ত দিয়া ঘন হুধ।

আশ্বিন মাস

নালতে শুক্তানি
পলতার ডালনা
পলতার বড়া
পটোল ছেঁচকী
ওলের কোঁড়ার ছেঁচকী
কচুরমুখীর ডালনা
কচুরমুখীর দোল্মা
লাউয়ের ডালনা
লাউয়ের কাল্কি

বড়ার হিঙ্গি

কাঁচকলার হিঙ্গি

বেগুনের চপ

কুমড়াশাকের চড়চড়ি

চিচিঙ্গা ভাজা

ভাত করোলা ভাতে

করোলার দোল্মা

ডুমুর ছেঁচকী

ডুমুরের কোপ্তা

গুড়কুল অম্বল।

কার্ত্তিক মাস

নূতন বেগুন ভর্ত্তা

বেগুন পোড়া

বেগুন ভাজা

পালম শাক ভাজা

পালমের ঘণ্ট

ধুঁদুল পোড়া

ধুঁদুল ছেঁচকী

ধুঁদুলের ঘণ্ট

কাঁচালঙ্কা দিয়া মটর ডাল

মাখন সীম ও আলুর ডালনা

লাল কুমড়ার ডালনা

ফুলকপির ঘণ্ট

নূতন আলু ভাজা
সিমের রেওতা বা রাই
মুগের ডালের কারী
বরবটীর ডালনা
জলপাই ভাতে
জলপাইয়ের অম্বল।

অগ্রহায়ণ মাস

কলাইশুটির ডাল
কুমড়াবড়ির ঝোল
কুমড়াবড়ির ডালনা
কচি মূলার ঘণ্ট
থাম আলুর ডালনা
লাউয়ের ডালনা
লাউয়ের ঘণ্ট
ওলকপির ঘণ্ট
ওলকপির কারী
মুগের ডাল দিয়া ওলকপি
অরহর ডাল দিয়া ওলকপি
ফুলকপির ডালনা
ফুলকপির ঘণ্ট
বিটের কালিয়া
বিটের হিঞ্চি

পৌষ মাস

বড়ি ভাজা
বেগুন পোড়া
বিলাতী বেগুনের ভর্ত্তা
কলাইশুটির খিচুড়ি
কলাইশুটির ছেঁচকী
কলাইশুটি সিদ্ধ
কলাইশুটি শাকের চড়চড়ি
মূলা-ছেঁচকী
মূলার ঘণ্ট
মূলার অম্বল
মূলা ভাতে
বড়ি ভাতে
কাঁচালঙ্কার ডালনা
কাঁচালঙ্কার দোল্মা
সজিনা ফুলের রাই
সজিনা ফুলের চড়চড়ি
ফুলিয়া।

পিঠে পার্ব্বন

সরু চাকলি মুগ শামালি সিদ্ধ পিঠে ভাপা পিঠে
বাটা শাপ্টা পাটী শাপ্টা চিঁড়ের পুলি রাঙাআলুর পুলি
গোলআলুর পুলি আস্কে পিঠে চুষি পিঠে

কলাইশুটির পুলি

খইয়ের পুলি

আঁদোসা

রস-বড়া

গুড়-পিঠে

ছানার পুলি

ক্ষীরের পুলি

দুধ দিয়া চুষি পিঠে

ময়দার শাপ্টা পুলি

গোকুল পিঠে

কচুর পিঠে

লাউয়ের পুলি।

মাঘ মাস

গোটা কলাই সিদ্ধ

কুলে বেগুনে অম্বল

সজিনা ফুল ভাজা

সজিনা ফুলের অম্বল

সজিনা ফুলের ছেঁচকী

সীম ছেঁচকী

বেগুন ছেঁচকী

ইঁচড়ের ডালনা

ইঁচড়ের কালিয়া

ইঁচড়ের কোপ্তা

ইঁচড় দিয়া কলাইশুটির ঘণ্ট
টোপাকুল দিয়া সজিনাফুল দিয়া অম্বল
কুল দিয়া গুড়-অম্বল
আমড়ার বোলের অম্বল
আমের বোলের অম্বল
সজিনা ফুলের বড়া
ইঁচড় দিয়া ছোলার ডাল
কমলানেবুর কারী
ফুলকপি দিয়া ছানার ঘণ্ট
কমলানেবুর বরফি
দুধ-কমলা।

ফাল্গুণ মাস

নিম-ছেঁচকী
কাঁচা আমের ঝোল
সজিনা-খাড়ার ডালনা
সজিনা-খাড়ার ছেঁচকী
কচি পটোল ভাতে
কচি পটোল ভাজি
পটোলের রেওতা
পটোল আলুর ডালনা
পটোলের কালিয়া
পটোলের দম
পটোল দিয়া মুগের ডাল

আম দিয়া বড়ার অম্বল
সীম-ছেঁচকী
সীমের বিচি ভাজা
সিমের বিচির ডাল
লাউ-ডাঁটার ডালনা
লাউডগি ভাতে।

চৈত্র মাস

নিম-ছেঁচকী
নিমের ঝোল
নিমফুল ভাজা
নিমফুল পোড়া
পলতার ডালনা
ডুমুর ভাজা
ডুমুরের বিচি ভাজা
ডুমুরের কোপ্তা
কাঁচকলার হিঙ্গি
কাঁচকলার বড়া
আমের অম্বল
আমের গুড়-অম্বল
আম পোড়ার অম্বল
আম ও পোস্ত দিয়া অম্বল
কুমড়াশাকের চড়চড়ি
পটোলের ঘণ্ট

ছানার কারী

আম ভাতে

নটেশাক ভাতে

নটেশাকের ঘণ্ট

নটেশাক ভর্ত্তা

নটেশাকের রেওতা

কাঁচা আমের বরফি।

পরিভাষা।

আটা আটা বাঁট—জল না দিয়া শক্ত করিয়া বাঁট।

আলাদা—ভিন্ন ভাবে, পৃথক করিয়া।

আড়ে—চওড়া দিকে।

আঁটি—আম প্রভৃতি ফলের বীচি; গুচ্ছ অর্থেও আঁটি শব্দ প্রযুক্ত হয়, যেমন, 'এক আঁটি শাক'।

আল্‌গাভাবে—ঢিলাভাবে, আল্‌গোচে।

উপুর—উল্টাইয়া দেওয়া অর্থাৎ সম্মুখ ভাগ নিম্ন দিকে ও পৃষ্ঠদেশ ঊর্দ্ধ দিকে করিয়া রাখার নাম 'উপুর' করিয়া রাখা।

ওলা—ওলের ডাঁটি।

কুসুম-কুসুম গরম—হাত সই মিঠা গরম বা অল্প অল্প গরম।

কুলায়—শূর্প; চাল, ডাল প্রভৃতির খোসা ও কুটাকাটা প্রভৃতি ঝাড়িবার জন্য কুলা ব্যবহৃত হয়। ক্রিয়ার্থে সংকুলান হওয়া।

কুচি বা কুচা—মিহি করিয়া খুব সূক্ষ্ম আকারে কাটা।

কড়া—রাঁধিবার কড়া। খরপাক হওয়া।

কষ—তেল বা ঘিয়ে সন্তলন কর। কাল লৌহের ন্যায় রং ধরা।

কাৎ করিয়া—এক-পাশ করিয়া বা বক্রভাবে।

কষা বা কসা—কষায় রস। তেল বা ঘিয়ে মশলা সংযোগে সন্তলন করা।

কড়াইয়া—কড়া করিয়া, খরাইয়া।

কসটাইয়া—চটকাইয়া।

কসি—কচি আমের বিচি।

কোঁকড়ান—কুঞ্চিত হওয়া।

কচি—কোমল ; নবজাত।

কুটা—হামাল দিস্তা বা শিলে কুট্টিত বা চূর্ণ করা।

কচলান—চটকান।

কচটাও—চটকাও।

খড়খড়ে ভাজা—কোন জিনিষ ভাজিবার সময় তাহার জল মারিয়া খর করিয়া ভাজা। মড়মড়ে ভাজা।

খুদ—ঝাড়া ডাল বা চালে যে ছোট ভাঙ্গা ভাঙ্গা চাল বা ডাল বাহির হয় তাহাকে খুদ বলে।

খাপ খাওয়া—মিল হওয়া।

খাড়া—খাঁড়ি ও খাড়া একই কথা।

খুদে—ছোট।

খাঁচ-খাঁচ কাটা—ফুল কাটা।

খুসলে—মুষল দিয়া হামালদিস্তাতে ডাল মাড়িয়া খোসা উঠান।

গলাগলা—কাদাকাদা।

গাওয়া ঘি—গব্য ঘৃত।

ঘষড়ান—শিল বা পাথরে রগড়ান।

চাঁচা—বঁটী বা ছুরী প্রভৃতি কোন ধারাল জিনিষে ঘষিয়া খোসা উঠান।

চড়চড় শব্দ—জল থাকিলে তেলের এই রকম শব্দ হইবে।

চটপট—চড়বড় শব্দ। শীঘ্র।

চাক্‌না—আস্বাদ করিয়া খাওয়া।

চুরাইয়া—গরম করিয়া।

চাক্‌লা—চাকা।

চিৎ—উত্তান ভাবে।

চাঁচি—দুধ জ্বাল দিবার পর কড়ার গায়ে যে দুধ জমিয়া যায় তাহাকে চাঁচি বলে।

চটকাইয়া—হাত দিয়া মর্দ্দন বা কস্‌টান।

চুটপুট—ফোড়ন ফোটা শব্দ।

ছাড়িয়া যাওয়া—মশলা প্রভৃতি কষিতে কষিতে যখন ইহার জল মরিয়া গিয়া মশলা কেবল তেল বা ঘিয়ের উপরে থাকে, তখন তাহাকে তেল ছাড়িয়া যাওয়া বলে। আর এক কথায় ইহাকে 'তেল বুড়বুড়' বা 'তেল-কাটাকাটা' বলা যায়। দ্বিতীয় অর্থ—কোপ্তা প্রভৃতি ভাজিতে ভাজিতে খুলিয়া গেলে তাহাকেও ছাড়িয়া যাওয়া বলে।

ছেঁচা—থেঁতো করা।

জোলো—জলীয়। জল মিশ্রিত।

ঝরাইয়া—জল নির্গত করিয়া।

ঝাঁকাইয়া—হাঁড়ি ধরিয়া নাড়াকে হাঁড়ি ঝাঁকান বলে।

ঝুরঝুরে—শুক্না।

ঝরিয়া গেলে—জলীয় ভাব গিয়া অনেকটা শুক্না ভাব হইয়া আসিলে।

টুকরা—খণ্ড।

টিকলি—লোচি; গুটি; ক্ষুদ্র ক্ষুদ্র খণ্ড।

ডুমা—বড় খণ্ড।

ডাঁশাল—কাঁচা শক্ত ভাব।

ডিম-ডিম—অনেকটা মাছের ডিমের ন্যায় আকার বিশিষ্ট।

ঢালা-উপর—এক পাত্র হইতে অন্য পাত্রে কোন তরল দ্রব্য উপর্য্যুপরি ঢালাঢালি করা।

তিজেল হাঁড়ি—ডাল রাঁধিবার চওড়ামুখ হাঁড়ি।

তোলো হাঁড়ি—ভাত রাঁধিবার বড় হাঁড়ি। তিজেল হাঁড়ির চেয়ে তোলো হাঁড়ি বেশী গভীর হয়।

তেল কাটা-কাটা—মশলার উপরে তেল ভাসা।

তৈ—মাল্পোয়া প্রভৃতি ভাজিবার মাটির পাত্র; ইংরাজিতে যাহাকে ফ্রাইপ্যান বলে।

তাল—তাল ফল। একত্র সমষ্টি আকারে। গাদা করা।

তফাৎ—প্রভেদ।

থিতাইলে—স্থির হইলে।

থোড়—কিমা কর। থোড় অর্থে কলা গাছের ভিতরের শাঁস।

দই-দই—দইয়ের মত ঘন বা গাঢ় হওয়া।

দম্বল—দইয়ের অল্প অংশ যাহা দিয়া দই বসান হয়।

দানা-দানা—বীচি বীচি।

নাড়াচাড়া করা—বেশী না ভাজিয়া আল্‌গাভাবে অল্প হাঁড়ি দোলাইয়া অথবা হাতা বা খুন্তির দ্বারা নাড়াচাড়া করা।

নিংড়ান—চাপিয়া কোন দ্রব্যের স্বরস বাহির করা।

পাতা—বসান। পাপড়ি।

পিছন—পশ্চাদ্ভাগ।

পাকাইয়া—ঘুরাইয়া। পাক করিয়া।

ফুরফুর—খইয়ের ন্যায় ফুলিয়া হালকা হওয়া।

ফাটাইয়া—একটু ছিঁড়িয়া বা চিরিয়া দেওয়া।

ফের—আবার।

ফটফট—ঘি বা তেলে সন্তলন কালে ফোড়ন প্রভৃতি ফুটিবার শব্দ।

ফটকাইবে—কুলার নীচে হাত দিয়া মারিয়া পাছ্‌ড়াইবে।

ফাঁপা—ফুলিয়া উঠা।

বানান—কাটা।

বালিখোলা—কাঠখোলায় বালি দিয়া জিনিষ ভাজা।

বাখরা—পাপড়ি।

বাকারি—বাঁশচেরা।

বুড়বুড় করা—তেল কাটা-কাটা বা তেল ছাড়া। যখন আস্তে আস্তে ফোটে তখন বুড়বুড় শব্দ হয়।

বোল—মুকুল।

বদলে—পরিবর্ত্তে।

ভোতা—কাঁটালের সঙ্গে যে ছোট ছোট কাঁটালের কোয়ার মত থাকে তাহাকে ভোতা বলে।

মোলায়েম—ভালরূপে মিশ্রিত করার নাম 'মোলায়েম করিয়া মাথা' মোলায়েম এর প্রকৃত অর্থ মসৃণ।

রগড়াইয়া—মর্দ্দন করিয়া।

লোট্টি—গুটি।

লেতা—কাপড়ের টুকরা।

লাগিয়া যাওয়া—খাদ্য দ্রব্য পাক করিবার কালে ধরিয়া যাওয়া অর্থাৎ অল্প দগ্ধ হইয়া যাওয়া।

পানিয়া—মাখিয়া।

শুক্লাখোলা—কাঠখোলা।

হজম—জীর্ণ হওয়া।

হড়্‌হড়ে—লালের মত।